sale&pepe

SALEPEPE.IT
SETTEMBRE 2019



Cheese cake al cioccolato con more e mirtilli
pag. 103

PROVOLE vanto del Sud, esprimono il sapore più intenso della pasta filata **RISO NERO** croccante e profumato, incontra pesce e ortaggi **PANNOCCHIE** da gustare ora anche in modi insoliti **MIRTILLI** dai boschi una deliziosa nota acidula per i dessert

IN EDICOLA IL 24 AGOSTO 2019 - Poste italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1, comma 1, DCB Verona - Anno 32 - Mensile

GRUPPO MONDADORI


cavit.it
TRENTINO
Mastri Vernacoli di Cavit
Qualità trentina, tradizione senza tempo
MASTRI VERNACOLI
Pinot Nero
TRENTINO DOC
CAVIT
"Scegli Cavit, bevi responsabilmente"
Mastri Vernacoli di Cavit è la linea che racchiude una gamma di vini tutti da scoprire, come l'elegante Pinot Nero, dal profumo accattivante di piccoli frutti rossi e dal gusto armonico e delicato.
Mastri Vernacoli di Cavit. Maestri della tradizione trentina.
CAVIT
CANTINA VITICOLTORI DEL TRENTINO


76

SOMMARIO
SETTEMBRE 2019

Servizi

Evasioni


30


46


16

salepepe.it
Ricette, videoricette, news e contributi speciali sul nostro nuovo sito

Sale&Pepe è social!
Siamo su facebook. Seguiteci anche su twitter e instagram: @salepepe_it per scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.

La nuova app di Sale&Pepe
Scaricate l'applicazione dall'Apple Store per sfogliare la rivista direttamente sull'iPad.

Indice delle ricette e indirizzi a pagina 6

Scuola

Rubriche



60

Hanno collaborato a questo numero



FRANCESCO MARONI E DANIELE BASSI
Direttore della Latteria di Branzi (BG) Maroni oganizza il progetto "Forme" Bergamo. Bassi è assaggiatore e docente dell'Onaf, partner scientifico della manifestazione. A pag. 108



NIKITA SERGEEV
Nato nel 1989 a Mosca, Nikita è diventato uno chef emergente in Italia grazie alla raffinata creatività dei suoi piatti. È patron e anima del ristorante L'Arcade di Porto San Giorgio (Fermo), dove ha da poco aperto un altro locale, il Banco_12. A pag. 42

GEMMA BOERI
Considerata la regina dell'autentica cucina delle Langhe, Gemma Boeri è la titolare dell'osteria Da Gemma di Roddino, in provincia di Cuneo. Tra le sue specialità, spiccano i tajarin impastati e cucinati secondo le regole dell'antica tradizione. A pag. 86




SIP AWARDS 2019
DOUBLE GOLD MEDAL
TORNA A
SORPRENDERTI.
Bevi responsabilmente.
ELISIR S. MARZANO BORSCI
SUL GELATO, MAI PIÙ SENZA.
Riscopri un piacere inaspettato, prova ad affogare del gelato nel gusto intenso di
Elisir San Marzano Borsci. Il suo carattere piacevolmente deciso
e l'inconfondibile aroma lo rendono squisito anche sui dolci, delizioso nel caffè
o nel latte, ottimo nei cocktail, irresistibile bevuto liscio o con ghiaccio.
CAFFO
1915
GROUP
borsci.com
BORSCI
ELISIR
S. Marzano

INDICE

LE RICETTE DI SETTEMBRE 2019

ANTIPASTI, FOCACCE, PANINI E TORTE SALATE

PRIMI

PIATTI UNICI

SECONDI

CONTORNI, VERDURE E SALSE

DESSERT E BEVANDE

INDIRIZZI

- **Annabel Kern**, https://annabelkern.com/fr
- **Arte nel Pozzo**, www.artenelpozzo.it
- **Brita**, www.brita.it
- **Broste Copenhagen**, da MVH, www.mvh.it
- **BWT**, bwt-aqadrink.it
- **C&C Milano**, www.cec-milano.com
- **Caffè Vergnano**, www.caffevergnano.com
- **Cargo**, www.cargomilano.it
- **Caterina Von Weiss**, www.caterinavonweiss.eu
- **Ceceramic di Elisa Castelletta**, www.ceceramic.it
- **Cham Ceramica**, www.chamceramica.org
- **CoinCasa**, www.coincasa.it
- **Culligan**, https://casa.culligan.it
- **Durame**, www.durame.it
- **Elisa Castelletta Ceceramic**, www.ceceramic.it
- **Fiorirà un Giardino**, www.fioriràungiardino.com
- **Fiskars**, www.fiskars.it
- **Forme di Farina**, www.formedifarina.eu
- **Francesca Reitano Ceramica**, www.francescareitano.com
- **Franke**, www.franke.it
- **Grayl**, https://grayl.com
- **Grohe**, www.grohe.it - www.lixil.com
- **Habitat Italia**, www.habitat-shoponline.it
- **InSinkErator**, www.insinkerator.it/product/neotank
- **Julie Damhus**, www.juliedamhus.dk
- **KnIndustrie**, www.knindustrie.it
- **Künzi**, https://kunzigroup.com/it
- **LSA International**, distr. da Maino, www.mainocarlo.it
- **laRinascente**, www.rinascente.it
- **Larq**, www.livelarq.com
- **Le Creuset**, www.lecreuset.it
- **Lene Bjerre**, www.lenebjerre.com
- **Livellara**, https://.livellara.com
- **Mancuso Designlab**, www.mancusodesignlab.com
- **Marmolove**, www.marmolove.com
- **Martina Geroni-Taller delle Terre**, www.martinageroni.com
- **Mepra**, www.mepra.it
- **Nims**, www.nims.it
- **Once Milano**, www.oncemilano.com
- **Petra Sarda**, www.petrasarda.com
- **Serax**, www.serax.com
- **Society Limonta**, www.societylimonta.com
- **SodaStream Italia**, www.sodastream.it
- **Soggetti Milano**, www.soggettimilano.it
- **TVS**, www.tvs-spa.it
- **Villa d'Este Home Tivoli**, www.villadestehometivoli.it
- **Virginia Casa**, www.virginiacasa.it
- **Zara Home**, www.zarahome.com



ANTICO MOLINO E PASTIFICIO
1912
IN CAMPOBASSO
la Molisana
SOLO
GRANO ITALIANO
DECORTICATO A PIETRA
Aria pura di montagna, Acqua cristallina di sorgente
Mugnai da quattro generazioni
FARFALLE RIGATE N°66
TRAFILATA AL BRONZO
ITALIANA DAL GRANO ALLA PASTA
lamolisana.it



È settembre... Si torna a scuola

Eccoci di nuovo sui banchi, ma senza l'ansia per le verifiche e le interrogazioni. Siamo ancora a scuola per imparare a comporre sfiziosi menu e a cucinare piatti da chef. Chi sente ancora la nostalgia del mare e dell'estate ormai al termine troverà soddisfazione nel menu tutto di pesce proposto da Stefano Grandi: dal polpo ai gamberi rossi, dal tonno alla bottarga di muggine, tutto farà rivivere il sapore e il gusto delle vacanze. Coloro che invece sono orientati ai piatti della tradizione rivisti con un tocco di modernità non possono perdere la lezione dedicata allo stoccafisso e al baccalà e alle loro reinterpretazioni. E, naturalmente, non mancano le serate dedicate a chi ama cucinare e mangiare in coppia.

LE LEZIONI DEL MESE

18/09
DUE CUORI E UN FORNELLO
Farfalle di grano duro, stracciatella con acciughe e tartare di spada agli agrumi.

20/09
STOCCO E BACCALÀ
Conchiglioni con crema di baccalà, stoccafisso con crema di patate e limoni caramellati.

25/09
DUE CUORI E UN FORNELLO
Gnocchetti di patate vitelotte, roastbeef al sale aromatico, fichi canditi con sciroppo al lime.

27/09
IL PESCE: SCELTA, COTTURA E MENU
Lo chef Stefano Grandi propone polpette di polpo, tartare di tonno, risotto con Grana Padano Dop e carpaccio di gamberi rossi.

02/10
DUE CUORI E UN FORNELLO
Tagliatelle con ragù di seppia, battuto di gambero con stracciatella, carpaccio d'ananas con caramello al cardamomo.







Pescheria Spadari

Al 4 di una storica via milanese trovate il miglior pesce fresco e di recente anche prodotti gastronomici e un bistrot per degustare (pescheriaspadari.eu).

Molino Rossetto

Produttore di farine classiche e di forza, preparati per pizza, pane e dolci, vanta una tradizione che risale al 1760. Su molinorossetto.com c'è la possibilità di acquistare.

GLI SPONSOR DELLA SCUOLA
Importanti aziende del settore food hanno scelto come partner la Scuola, che grazie a loro offre ai partecipanti prodotti di qualità eccellente e le migliori attrezzature di cucina.

In collaborazione con: NEFF, DSGN ELEMENTI

Sponsor ufficiali: Candia, Ciù Ciù Vini, Cortilia, Emilia Zaini, Mengazzoli, Molino Rossetto, Pescheria Spadari, Sommariva, tescoma.

Visita il sito per scoprire il calendario completo dei corsi: www.scuoladicucina.it *www.facebook.com/ScuolaCucinaSalePepe*

SCUOLA DI CUCINA DI SALE&PEPE ***Neff Collection Brand Store c/o DesignElementi Via Lazzaretto 3 - 20124 Milano (M1 fermata Porta Venezia /M3 fermata Repubblica) Per informazioni scrivi a: info.scuoladicucina@mondadori.it oppure chiama lo 02 75423300 il martedì e il giovedì dalle 14:00 alle 18:00***


Quello in cui crediamo è tutto qui dentro.
CREDIAMO NELL'INNOVAZIONE.
Per questo, siamo stati i primi produttori di farina a pensare al contenitore in brik.
CREDIAMO NELLA LOTTA AGLI SPRECHI.
Per questo, il nostro contenitore ha un tappo che conserva meglio la farina e ne riduce la dispersione.
CREDIAMO CHE LA PRATICITÀ SIA UN VALORE.
Per questo, il nostro contenitore si richiude facilmente ed è comodo da riporre.
CREDIAMO CHE OGNUNO ABBIA IL DIRITTO DI VEDERE CIÒ CHE ACQUISTA.
Per questo, il nostro contenitore è trasparente e permette di misurare la quantità di farina rimasta.
CREDIAMO NELLA RESPONSABILITÀ AMBIENTALE.
Per questo, il nostro contenitore è in carta FSC, proveniente da foreste gestite in modo responsabile.
CREDIAMO NELLA QUALITÀ DEI NOSTRI PRODOTTI.
E con noi, ci credono tutti quelli che, da più di 250 anni, ci scelgono ogni giorno.
FARINA TIPO 00
FARINA MANITOBA
FARINA INTEGRALE
FARINA TIPO 00
Molino Rossetto®
MUGNAI DAL 1760
Nuovo contenitore in brik. Pratico per te, buono per l'ambiente.
www.molinorossetto.com
Touché



Laura Maragliano

Il tesoro ritrovato

È IL MOCO, UN LEGUME DELLA VALLE BORMIDA, IN LIGURIA, RIPORTATO ALL'ONORE DELLA TAVOLA DALLA POPOLAZIONE DI UN PICCOLO BORGO

ritratto di Michele Tabozzi, foto di Francesca Moscheni e Silvia Cappuzzello, in cucina Claudia Compagni

Da casa mia a Rocchetta Cengio, in provincia di Savona, ci sono circa 220 km che ho percorso il 9 giugno per scoprire che cos'è il moco. L'invito, partito dal mio amico e collega sanremese Claudio Porchia, mi aveva lasciato interdetta e mi ero domandata: "Perché, da buona ligure, non ne ho mai sentito parlare? Forse mi è sfuggito qualcosa". Non rimaneva che andare alla sagra del "moco in fiore". Svelo subito il segreto: il moco è un legume antichissimo, una varietà di cicerchia che assomiglia a un sassolino, consumato già nell'età del bronzo in Valle Bormida. Tracce della sua coltivazione si trovano sino al 1942, poi "puff", non se ne parla più.
Rocchetta, 500 anime circa, frazione di Cengio, è sempre stata la terra d'elezione di questo legume, tanto è vero che negli anni Trenta del '900 i suoi abitanti erano chiamati "mangia mochi". A tirarlo fuori dall'oblio ci ha pensato Gianpietro Mainero, che appartiene a una delle più vecchie famiglie del borgo e guida la condotta Slow Food della Valle Bormida. Dopo il reperimento di alcuni semi nel 2012 (una cinquantina), nel 2014 è stata fatta una semina sperimentale nell'azienda agraria Negro e quindi la raccolta, l'essiccazione, la sgranatura e la prima macinazione al Molino Moretti. È del 2016 il riconoscimento di prodotto De.C.O (Denominazione Comunale d'Origine), mentre quest'anno il legume è stato inserito nell'elenco dei Prodotti Agroalimentari Tradizionali (P.A.T.).
Il moco ha i suoi tempi: la semina è fatta nel centesimo giorno dell'anno, fiorisce a giugno, si raccoglie prima di Ferragosto e si mette a essiccare nei fienili e viene battuto meccanicamente a ottobre con la partecipazione di tutta la comunità, che si dedica anche alla cernita manuale in inverno. A orchestrare c'è sempre Gianpietro che è riuscito a far conoscere il moco su Rai3 Liguria e a invitare in quel di Rocchetta Beppe Bigazzi e Patrizio Roversi. Tra gli sponsor più accaniti del prodotto ci sono diversi ristoratori liguri che lo usano con il pesce o ne adoperano con maestria la farina; tra questi ultimi, come abbiamo visto alla "Prova del cuoco", c'è lo chef Luca Bazzano, che con la moglie Lorena Germano in sala conduce il ristorante Quintilio di Altare (Savona). La ricetta che vi propongo è la loro, reinterpretata per Sale&Pepe e preparata dalla nostra food stylist Claudia Compagni. A dimostrazione di come un umile legume dimenticato possa dare sfoggio della sua bontà.



RAVIOLINI AL PLIN CON FARINA DI MOCO E SCAROLA

PER 4 PERSONE
per la pasta: 400 g farina di moco - 100 g di farina 00 - 4 uova
per il ripieno: 1 kg di scarola - 50 g di parmigiano reggiano grattugiato - 100 g di ricotta di capra - 2 uova - 2 tuorli - noce moscata - olio extravergine d'oliva - sale - pepe
per la salsa: 200 g di pomodori Cuore di bue - 40 g di pinoli - 2 spicchi d'aglio - 50 g di parmigiano reggiano grattugiato - 1/2 dl d'olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Preparate la pasta. Disponete le farine setacciate a fontana sul piano di lavoro, sgusciate al centro le uova e impastate gli ingredienti lavorandoli per 10 minuti; formate un panetto, avvolgetelo nella pellicola e fatelo riposare per 30 minuti.
● **2** Preparate il ripieno. Mondate la scarola, tagliatela a pezzetti, lavateli, asciugateli e cuoceteli in una padella con 2 cucchiai d'olio e una presa di sale, fino a che tutta l'acqua di vegetazione sarà evaporata. Fate raffreddare la scarola e tritatela finemente con un coltello. Trasferitela in una ciotola e aggiungete la ricotta, il parmigiano, sale, pepe, una grattata di noce moscata, le uova e i tuorli, mescolate bene e tenete da parte.
● **3** Stendete la pasta fino a ottenere una sfoglia sottile e rifilate i bordi. Disponete su un lato della sfoglia una fila di fiocchetti di ripieno, distanziati tra loro di circa 1 cm; ripiegate la sfoglia libera sulla striscia con il ripieno e premete con le dita in modo da sigillare i bordi dei raviolini; separate questi ultimi tagliandoli con la rotella dentellata. Proseguite fino al termine degli ingredienti. Private i pomodori della buccia e dei semi, poi frullateli con i pinoli, gli spicchi d'aglio sbucciati e privati dell'anima, il formaggio grattugiato, l'olio e una presa di sale. Cuocete i raviolini in acqua salata in leggera ebollizione per circa 5 minuti, scolateli, conditeli con il pesto preparato, completate, se vi piace, con qualche foglia di prezzemolo e una manciatina di pinoli e servite.

ELABORATA ● **Preparazione 30 minuti + il riposo** ● **Cottura 15 minuti**



1



2



3



Buono e versatile

La farina di moco è adatta per la pasta, la panissa, la farinata e i dolci. Il legume richiede un ammollo di 24 ore ed è perfetto per zuppe, vellutate e con il pesce; **Info: ilmocodellevalli dellabormida.it/**

Ricetta del ristorante Quintilio di Altare (SV), gestito da Luca Bazzano con la moglie Lorena Germano, responsabile di sala (a lato). Per info: **ristorantequintilio.it**





Hamburger gourmet preparati in casa

Gustosi, ma anche facili e veloci da cucinare... Sarà per questo che gli hamburger sono intramontabili, a patto che si seguano alcune regole fondamentali. Per cominciare, usate carne di manzo tritata al momento dal macellaio; affinché rimangano morbidi è meglio scegliere quella con qualche venatura di grasso. Per avere hamburger di uguale peso e forma usate come misurino un bicchiere che contenga la quantità di carne giusta e pressatela con l'apposito stampo.
Potete aromatizzarli unendo alla carne trita due o tre cucchiaini di senape (meglio quella dolce), qualche goccia di salsa Worcester e mezza cipolla rossa sbucciata e tritata finemente; altrimenti potete usare erbe aromatiche fresche tritate o capperi dissalati e tritati con olive taggiasche a tocchetti e un pizzico di origano secco.

Ingredienti semplici e cotture veloci per ricette sfiziose
in cui la differenza è fatta dalla qualità della materia prima

Pomodori verdi anche per la pasta

Possiamo anche definirli una verdura di recupero, perché i pomodori verdi sono quelli che a fine stagione non raggiungono la maturazione, ma non vengono buttati. Si usano in modo diverso da quelli rossi, però senza eccedere in quantità poiché contengono più solanine, sostanze che possono dare problemi di digestione. Sono comunque una delizia da non lasciarsi sfuggire. Ottimi, ad esempio, per le confetture e conservati in salamoia o sott'olio. E poi, naturalmente, tagliati a fette, passati nell'uovo e nella farina di mais e fritti, come vuole la classica ricetta americana. Se volete impiegarli in modo più originale, provateli sulla pasta. Fateli soffriggere in padella con olio e cipllotti, unite capperi dissalati un pizzico di peperoncino e cuocete per 10 minuti. Trasferite tutto nel mixer, frullate fino a ottenere una crema e condite la pasta.



Tre vinaigrette gustose per le insalate

Con salsa di soia, arancia e senape Emulsionate 1cucchiaio di salsa di soia con una presa di sale, 1 cucchiaio di aceto di mele, la scorza grattugiata di 1/2 arancia non trattata e il suo succo, 1 cucchiaino di senape dolce, 4 cucchiai d'olio extravergine d'oliva e 10 g di erba cipollina tagliuzzata. Perfetta con il gusto spiccato della rucola.

Con aceto di melograno e miele alla cipolla Sbucciate e tritate 20 g di cipolla rossa. Versate in una ciotola 1 cucchiaio di aceto di melograno, una presa di sale, 1 cucchiaino di miele di acacia, 1/2 cucchiaino di origano secco; sbattete gli ingredienti con una frusta unendo 4 cucchiai d'olio extravergine d'oliva fino a ottenere un'emulsione uniforme e unite la cipolla. Dà un tocco in più all'insalata verde mista.

Con aceto balsamico e peperoncino Emulsionate 1 cucchiaio di aceto balsamico con una presa di sale, 4 cucchiai d'olio extravergine d'oliva, le foglioline tritate di 2 rametti di maggiorana e un pizzico di peperoncino piccante in scaglie. Da provare sull'insalata di pomodori.





Bagnomaria, istruzioni per l'uso

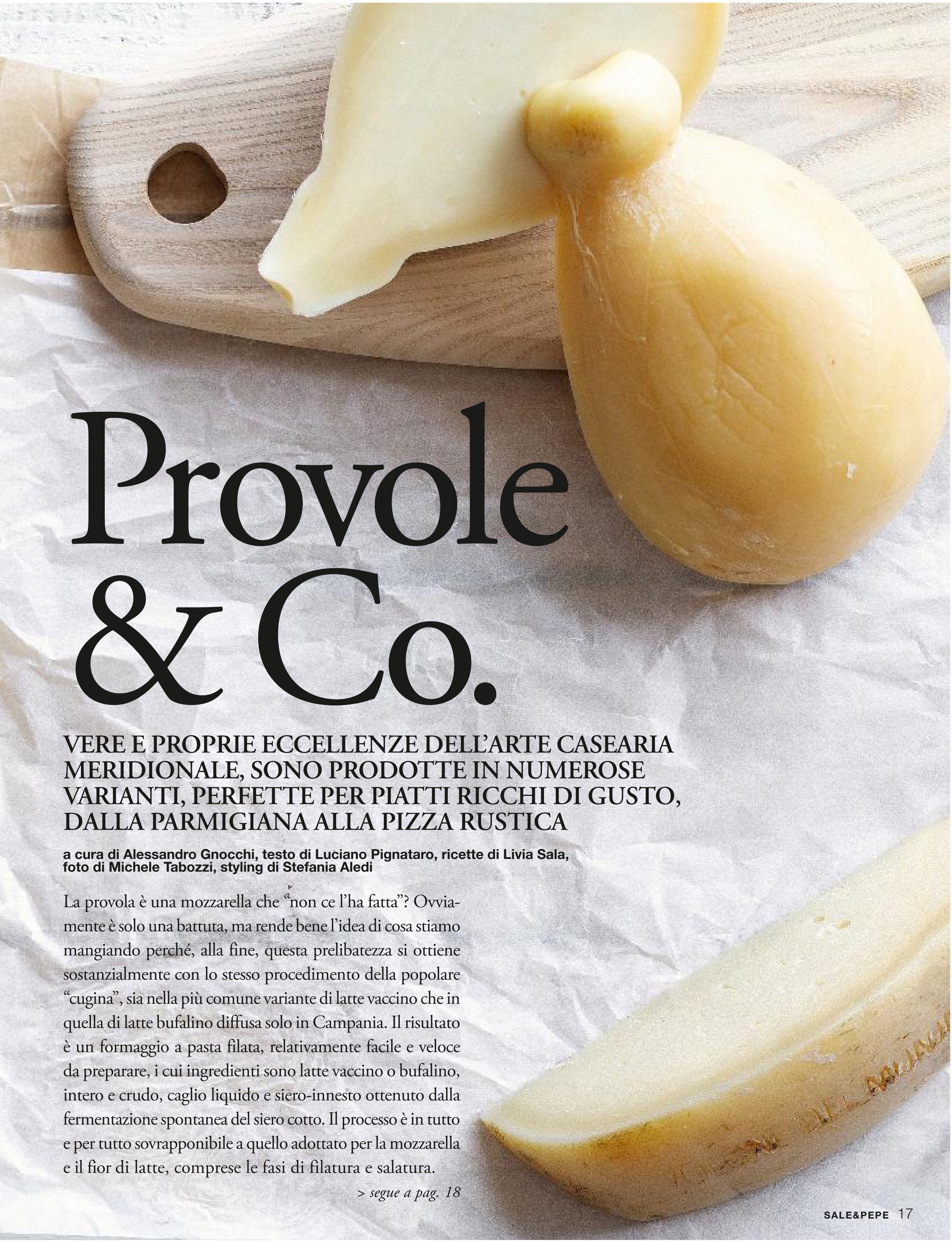
È una tecnica vecchia di due millenni e dalle origini incerte, compresa l'identità della Maria che la mise a punto. Si usa quando è necessaria la cottura indiretta di creme, flan, budini, salse o altre preparazioni che non reggono le alte temperature e devono rimanere morbide e cremose. Con questo metodo è possibile cuocere sia in forno che sul fornello. Nel primo caso, i recipienti contenenti la preparazione vengono posti in una teglia e immersi per 3/4 in acqua calda, che deve però rimanere sempre sotto il punto di ebollizione. Il bagnomaria si usa direttamente sul fuoco per preparare la crema inglese, cuocere le uova o sciogliere il cioccolato; in questo caso il fondo del contenitore utilizzato non deve toccare l'acqua e la cottura avviene grazie al vapore che si forma nella pentola.



ONDINA
SAFE
Perché per noi qualità è anche sostenibilità.
La certificazione Dolphin Safe garantisce prodotti ittici pescati nel rispetto dei mammiferi marini.
Eurospin, la Spesa intelligente.
ONDINA
Tonno all'Olio di Oliva
Qualità Pinna Gialla
4x80g
ONDINA
Tonno all'Olio di Oliva
scopri tutta la linea in esclusiva da Eurospin
ONDINA
Filetti di Tonno all'Olio di Oliva
Qualità Pinna Gialla
ONDINA
Tonno all'olio extra vergine di oliva
Qualità Pinna Gialla
3x80g
eurospin.it
EURO Spin
La Spesa intelligente



Piatto Francesca Reitano Ceramica, coltello e tagliere Kunzi. Indirizzi a pagina 6



Provole & Co.

VERE E PROPRIE ECCELLENZE DELL'ARTE CASEARIA MERIDIONALE, SONO PRODOTTE IN NUMEROSE VARIANTI, PERFETTE PER PIATTI RICCHI DI GUSTO, DALLA PARMIGIANA ALLA PIZZA RUSTICA

a cura di Alessandro Gnocchi, testo di Luciano Pignataro, ricette di Livia Sala, foto di Michele Tabozzi, styling di Stefania Aledi

La provola è una mozzarella che "non ce l'ha fatta"? Ovviamente è solo una battuta, ma rende bene l'idea di cosa stiamo mangiando perché, alla fine, questa prelibatezza si ottiene sostanzialmente con lo stesso procedimento della popolare "cugina", sia nella più comune variante di latte vaccino che in quella di latte bufalino diffusa solo in Campania. Il risultato è un formaggio a pasta filata, relativamente facile e veloce da preparare, i cui ingredienti sono latte vaccino o bufalino, intero e crudo, caglio liquido e siero-innesto ottenuto dalla fermentazione spontanea del siero cotto. Il processo è in tutto e per tutto sovrapponibile a quello adottato per la mozzarella e il fior di latte, comprese le fasi di filatura e salatura.

> segue a pag. 18

SPAGHETTI ALLA NERANO

PER 4 PERSONE
360 g di spaghetti - 200 g di Provolone del Monaco - 2 zucchine medie - 1 spicchio d'aglio - 100 g di farina - 1 ciuffo di basilico - olio per friggere - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lavate le zucchine, asciugatele, spuntatele, tagliatele a rondelle fini, quindi infarinatele. Tuffatele (poche alla volta) in olio per friggere caldo e cuocetele per 2 minuti. Scolatele su carta da cucina e tenetele da parte.
● **2** Cuocete gli spaghetti in abbondante acqua salata. Intanto, scaldate un filo d'olio extravergine d'oliva in un tegame, rosolatevi lo spicchio d'aglio sbucciato ed eliminatelo prima che prenda colore. Aggiungete le zucchine e fatele insaporire qualche istante; poi unite la pasta scolata molto al dente e un mestolino dell'acqua di cottura. Profumate con qualche fogliolina di basilico e terminate la cottura della pasta, mescolando bene.
● **3** Togliete dal fuoco e aggiungete il provolone grattugiato con la grattugia a fori grossi: mescolate ancora per far sciogliere bene il formaggio, pepate a piacere e servite.

FACILE
● **Preparazione 10 minuti**
● **Cottura 20 minuti** ● **480 cal/porzione**



> segue da pag. 17

Un formaggio nel presepe

Ma allora che cosa cambia? La stagionatura, appunto. La provola viene fatta maturare da almeno uno a dieci giorni. Altra differenza visibile immediatamente è la forma: una pera con la tipica testina legata da un cappio nella parte superiore che serviva per trasportare i formaggi e lasciarli appesi durante il periodo di maturazione. Ma la diversità sta anche nella storia; nel nostro caso stiamo parlando del formaggio a pasta filata più antico che si conosca, con origini documentate nel Medioevo. Per misurarne la popolarità, basta pensare che già nel Seicento la provola entrava nel presepe napoletano. Circa il nome, alcuni storici sostengono che derivi da "prova", ossia dai test realizzati per verificare la filatura; secondo l'Istituto di Scienze dell'Alimentazione, invece, discende da "pruvatura" o "pruvula" come veniva chiamato il formaggio dei componenti del Capitolo del monastero di San Lorenzo in Capua, in provincia di Caserta. I primi documenti reperibili nell'antica provincia borbonica, che comprendeva quelle attuali di Caserta e Latina sino a Nola, sono precisi: la provola affumicata era l'unico formaggio a pasta filata ad avere un concreto e preciso valore commerciale, mentre la mozzarella era destinata all'autoconsumo per la sua facile deperibilità.

> segue a pag. 21



BOCCONCINI FRITTI CON MARMELLATA DI ARANCE AMARE

PER 4 PERSONE
175 g di pane rustico - 200 g di farina - 250 g di Provola Iblea - 80 g di marmellata di arance amare - olio per friggere - 1 rametto di rosmarino - sale - pepe

● **1** Tagliate il formaggio a cubetti di circa 2 cm di lato e metteteli in freezer su un vassoio ricoperto con un foglio di carta da forno. Intanto tritate il pane (eliminate le parti più dure della crosta) e raccoglietelo in una ciotola; unitevi 100 g di farina, un pizzico di sale e di pepe e mescolate con cura; quindi versatevi circa 2 dl di acqua e amalgamate bene gli ingredienti.
● **2** Prelevate circa 1 cucchiaio di composto e formate una polpetta schiacciata tra le mani; mettetevi un cubetto di formaggio al centro e richiudetela. Procedete allo stesso modo fino a esaurire l'impasto, poi passate le polpette nella farina rimasta, scuotendone l'eccesso.
● **3** Scaldate abbondante olio in un tegame, friggetevi le polpette finché saranno dorate uniformemente e scolatele man mano su carta da cucina. Mettete su ciascuna polpetta 1/2 cucchiaino di marmellata, completate con un pizzico di rosmarino tritato e servite.

FACILE
● **Preparazione 25 minuti** ● **Cottura 5 minuti** ● **300 cal/porzione**



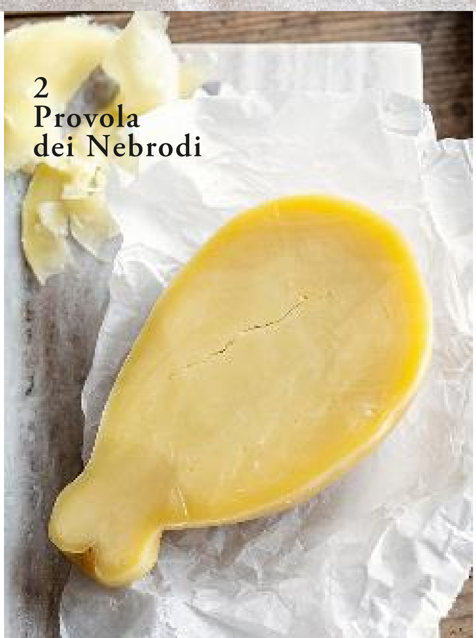
Piatti Martina Geroni - Taller delle Terre, tessuto C&C Milano. Nell'altra pagina, piatto fondo e tovagliolo Broste Copenhagen, piatto piano Francesca Reitano Ceramica. Indirizzi a pagina 6

Prelibatezze del Mezzogiorno

1 Formaggio siciliano, la **Provola Iblea** si produce con latte di vacche modicane, tipiche del ragusano; delicata, dolce e dal sentore di erbe, è ottima nei ripieni. **2** Prodotta tra Catania e Messina, la **Provola dei Nebrodi** prende il nome dai monti su cui ha avuto origine; acidula quando è fresca, diventa sapida con la stagionatura; è ottima come formaggio da tavola. **3** Realizzato con latte di vacche alimentate allo stato brado, il **Caciocavallo Silano Dop** è tipico di Basilicata, Calabria, Molise e Puglia; quello giovane, aromatico, è ottimo con le verdure, quello stagionato, piccante, è adatto alla cottura sulla piastra. **4** La **Provola delle Madonie** ha crosta paglierina o, quando è affumicata, marrone; ha sapore latteo e si presta a cotture veloci. **5** Come rivela il nome, la **Provola Picciridda** è di piccole dimensioni; ha le stesse caratteristiche della Provola Iblea. **6** Di origine campana, la **Provola affumicata di Agerola** ha gusto spiccato ed è ottima come formaggio da tavola e nelle torte salate. **7** Prodotto nei comuni di Agerola e Vico Equense nel sorrentino, il **Provolone del Monaco Dop** semifresco ha un gusto dolce, mentre stagionato diventa piccante; ottimo da tavola e da grattugia.



1 Provola Iblea



2 Provola dei Nebrodi



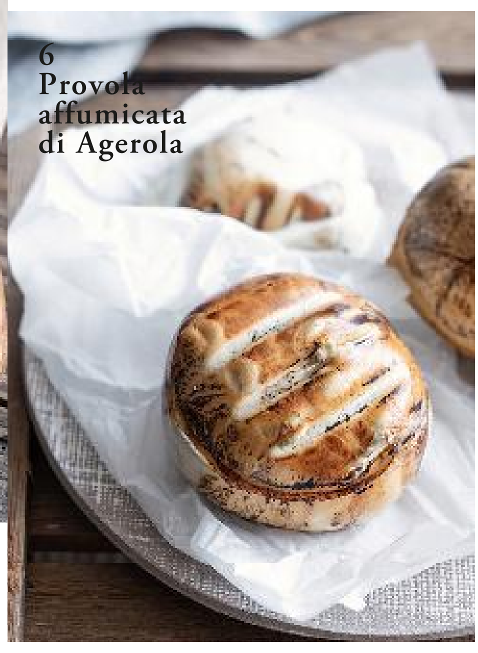
3 Caciocavallo Silano



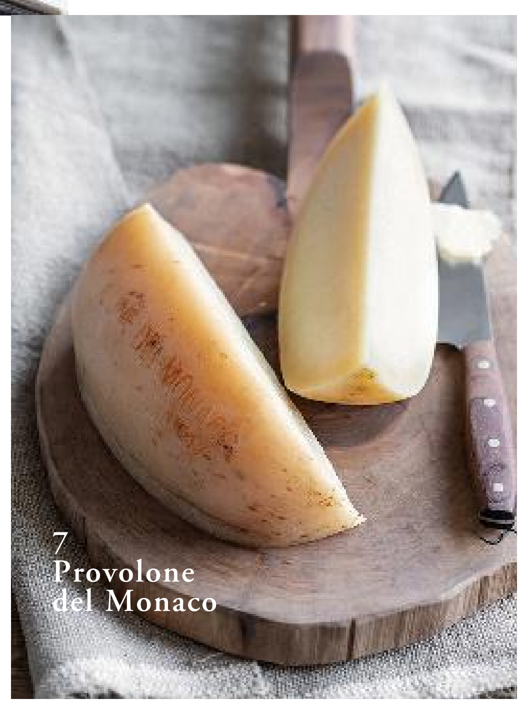
4 Provola delle Madonie



5 Provola Picciridda



6 Provola affumicata di Agerola



7 Provolone del Monaco

PROVOLA ALLA PIZZAIOLA

PER 4 PERSONE
600 di Provola delle Madonie - 600 g di pomodorini - 1/2 spicchio di aglio - 1 peperoncino fresco - 1 cucchiaino di origano secco - 1 ciuffo di basilico - 1/2 bicchiere di vino bianco - 20 olive nere - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Sbucciate lo spicchio d'aglio, schiacciatelo e rosolatelo con il peperoncino tagliato a metà con un filo d'olio in un ampio tegame. Eliminate aglio e peperoncino e versate nel tegame i pomodorini lavati e tagliati a spicchietti; sfumate con il vino, quindi salate e cuocete a fiamma dolce per 10 minuti, schiacciando un po' i pomodorini con il dorso di un cucchiaio di legno.
● **2** Aggiungete le olive e l'origano e lasciate cuocere a fiamma bassa per circa 2 minuti. Tagliate a fette di 1,5 cm di spessore la provola, scottatele per pochi secondi in una padella antiaderente molto calda senza alcun condimento.
● **3** Trasferite le fette di formaggio nel tegame con il sugo e fate insaporire ancora qualche istante. Completate con qualche foglia di basilico e servite.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti**
● **Cottura 25 minuti** ● **510 cal/porzione**



Piatto e tovagliolo Broste Copenhagen, forchetta Mepra. Nell'altra pagina: per Provola Iblea, piatto in vendita da La Rinascente; per Caciocavallo Silano, cassetta Soggetti Milano, coltello Serax; per Provola delle Madonie e Provolone del Monaco, tagliere Durame; per Provola Picciridda, coltello Serax, tovagliolo Broste Copenhagen; per Provola affumicata di Agerola, piatto Francesca Reitano Ceramica. Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 18

Provolone e caciocavallo

Si spiega così perché la provola si è diffusa molto prima della mozzarella di bufala, che è entrata nel mercato del consumo quotidiano soltanto a partire dalla metà degli Anni '80 del secolo scorso. E si spiega anche perché la provola affumicata entra di prepotenza in alcune delle ricette più amate dai napoletani: citiamo per tutte la pasta e patate e la pizzaiola, una salsa semplice e veloce di pomodoro con origano e magari qualche oliva. Il gusto fumée di questo formaggio è uno dei tratti caratteristici del palato partenopeo così come si è formato nel corso dei secoli. Del resto sappiamo bene che affumicature e bruciature, se ben calibrate, fungono da esaltatori del sapore marcando bene il gusto degli alimenti che si sta mangiando.

Ma sarebbe sbagliato identificare la provola con la sola Campania, perché si ottiene da una lavorazione del latte diffusa originariamente dal Molise alla Sicilia e che, con il tempo, è arrivata anche nella pianura Padana dando vita al provolone. Altra evoluzione regionale di questo formaggio è il caciocavallo, di cui esistono diverse denominazioni locali di grande qualità come il ragusano o il silano; solitamente questa specialià viene prodotta con latti specifici, ottenuti da vacche di grande pezzatura.

> segue a pag. 22



CROSTONI CON CACIOCAVALLO ALLA PIASTRA E CIPOLLE AGRODOLCI

PER 4 PERSONE
2 cipolle rosse - 4 fette di pane rustico - 8 fette di Caciocavallo Silano Dop - 1 cucchiaio di zucchero di canna - olio extravergine d'oliva - 2 cucchiai di aceto bianco - sale - pepe

● **1** Sbucciate le cipolle, tagliatele a fette e sistematele su una placca foderata con un foglio di carta da forno. Spolverizzatele con un pizzico di sale e lo zucchero; irroratele con un filo d'olio e l'aceto e infornatele a 190° per circa 20 minuti.
● **2** Spennellate le fette di pane con poco olio, tagliatele a metà e tostatele su una piastra calda. Scaldate una padella antiaderente o una piastra e scottatevi le fette di caciocavallo per circa 1/2 minuto su ogni lato.
● **3** Trasferite immediatamente le fette di formaggio sul pane e completate con le cipolle, una macinata di pepe a piacere e servite subito.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti**
● **Cottura 25 minuti** ● **300 cal/porzione**



> segue da pag. 21

La carne dei poveri

La crosta della provola deve essere liscia, bianca, simile alla pasta che si deve presentare morbida, compatta ed elastica. Proprio queste caratteristiche la rendono amica di diverse preparazioni, tra cui la più diffusa è la parmigiana di melanzane, in cui è da preferire per gusto e compattezza alla mozzarella e al fior di latte. Il sapore è dolce e leggermente acidulo e l'aroma è sempre molto delicato. Nella perenne mancanza di carne della Napoli povera di calorie sino a qualche decennio fa, questo formaggio era un'importante fonte di proteine animali alla portata di tutti.

> segue a pag. 26



LASAGNE VERDI CON VERDURE AL FORNO E PROVOLA

PER 6 PERSONE
1 cipolla rossa - 2 peperoni - 2 melanzane - 2 coste di sedano - 2 zucchine - 250 g di pasta fresca per lasagne agli spinaci - 400 g di provola - 30 g di foglie di basilico - 15 g di finocchietto selvatico - 40 g di pecorino grattugiato - 60 g di Grana Padano Dop grattugiato - 1/2 fetta di pane pugliese - 30 g di 'nduja - 300 g di besciamella - 20 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Pulite le verdure, tagliatele a cubetti di circa 1 cm per lato, raccoglietele in una grande ciotola, conditele con sale, pepe e olio e mescolate. Trasferitele su una placca, copritele con carta da forno e infornatele a 190° per circa 25 minuti; ogni tanto giratele in modo che cuociano uniformemente. Intanto scottate la pasta e tenetela da parte.
● **2** Nel mixer, tritate il pane privato della crosta con la 'nduja e 1 cucchiaino d'olio in modo da ottenere briciole non troppo fini. Oliate una pirofila e velate il fondo con poca besciamella; fate un primo strato di pasta, quindi procedete con poca besciamella, qualche fettina di provola, un po' di verdure e una manciatina di Grana Padano Dop. Procedete allo stesso modo fino a esaurire gli ingredienti, quindi completate con qualche fiocchetto di burro e infornate a 180° per circa 35 minuti.
● **3** Nel frattempo, raccogliete nel bicchiere del frullatore a immersione le foglie di basilico e il finocchietto spezzettati; unite il pecorino e olio sufficiente a lavorare gli ingredienti per ottenere una salsa non troppo fluida. Servite le lasagne tiepide, distribuendo sulla superficie il pesto appena preparato.

MEDIA
● **Preparazione 40 minuti** ● **Cottura 1 ora** ● **710 cal/porzione**

Pirofila Virginia Casa. Nell'altra pagina, piatto in vendita da La Rinascente, vassoio Serax, tovagliolo Broste Copenhagen. Indirizzi a pagina 6



TRADIZIONE DI FAMIGLIA
Angelo Madaio (al centro con il padre Antonio e il fratello Davide) appartiene a una famiglia di affinatori arrivata alla quarta generazione in questa arte. La loro azienda, Casa Madaio, ha 2 sedi, a Castelcivita ed Eboli (Salerno) ed è una delle realtà più interessanti del Sud.

Provola, provolone, caciocavallo, scamorza: stessa famiglia, ma...
Si gioca su tempi di lavorazione, quantità di acqua e di sale, tipologia di caglio e tempi di maturazione. Per quelli più vocati alla stagionatura, caciocavallo e provolone, è abilità dell'affinatore miscelare temperatura ed umidità.

Latte vaccino o bufalino fanno molta differenza?
La provola di bufala ha una pasta più elastica che in fase di stagionatura resterà comunque morbida con sentore muschiato pur restando dolce. Quella vaccina tende a sfogliarsi.

C'è stata un'evoluzione del gusto in questi anni?
In passato il formaggio era l'alimento dei pastori, il gusto era deciso, da accostare a vini corposi. Oggi si punta sulla gradualità dei sapori per accontentare una clientela più vasta, selezionando il latte di pascoli molto diversi fra loro.



Pirofila Virginia Casa, cucchiaio Mepra. Nell'altra pagina, piatto in vendita da La Rinascente, tessuto C&C Milano. Indirizzi a pagina 6

PARMIGIANA DI ZUCCHINE E PROVOLA

PER 4 PERSONE
3 zucchine tonde - 1 piccola cipolla - 1 spicchio d'aglio - 250 g di passata di pomodoro - 2 ciuffi di basilico - 300 g di provola a fette sottili - 60 g di Grana Padano Dop grattugiato - 1/2 cucchiaino di zucchero di canna - 60 g di nocciole sgusciate - 1/2 cucchiaino di semi di finocchietto - 20 g di burro - olio extravergine d'oliva - peperoncino in polvere - sale

● **1** Mettete le nocciole in ammollo in acqua. Sbucciate la cipolla, tritatela e soffriggetela con l'aglio sbucciato e schiacciato, un pizzico di sale e un filo di olio. Eliminate l'aglio, unite la passata e fate sobbollire per 20 minuti unendo lo zucchero, un pizzico di peperoncino e, verso la fine, 1 ciuffo di basilico. Regolate di sale.
● **2** Intanto, lavate le zucchine e tagliatele a fette molto sottili, quindi grigliatele su una piastra calda. Oliate una pirofila e versate sul fondo un paio di cucchiai di salsa di pomodoro, poi procedete a formare gli strati, alternando zucchine, salsa, provola, il basilico rimasto spezzettato e formaggio grattugiato, fino a esaurire gli ingredienti.
● **3** Completate con i semi di finocchietto, le nocciole sgocciolate e tritate e qualche fiocchetto di burro. Cuocete in forno a 190° per 25 minuti. Sfornate e servite.

FACILE
● **Preparazione 40 minuti** ● **Cottura 50 minuti** ● **740 cal/porzione**

PIZZA RUSTICA

PER 10 PERSONE
430 g di farina - 150 g di burro - 6 tuorli - 80 g di zucchero - 300 g di Provola affumicata di Agerola - 250 g di salame tipo Napoli - 850 g di ricotta - 130 g di Grana Padano Dop grattugiato - burro e farina per lo stampo - sale - pepe



● **1** In una ciotola, raccogliete la farina con 1 cucchiaino di sale e lo zucchero, quindi incorporatevi il burro fuso e 3 tuorli sbattuti in mezzo bicchiere di acqua. Lavorate brevemente l'impasto per ottenere una palla, quindi dividetela in due porzioni, una un po' più grande dell'altra; avvolgetele nella pellicola, schiacciatele un po' e mettetele in frigo per almeno 1 ora.
● **2** In una ciotola, lavorate la ricotta con un pizzico di sale e di pepe, quindi incorporatevi 2 tuorli, il Grana Padano Dop, il salame e la provola a dadini. Stendete la porzione di pasta più grande con il matterello a uno spessore di pochi millimetri; con la sfoglia ottenuta foderate una tortiera del diametro di 24 cm con il fondo coperto con un disco di carta da forno ed i bordi imburrati e infarinati.
● **3** Versate il composto di ricotta nella base e livellatelo con il dorso di un cucchiaio bagnato. Stendete con il matterello anche la seconda porzione di pasta e disponetela sul ripieno. Rifilate i bordi e pizzicateli con le dita in modo da sigillarli; bucherellate la superficie con uno stecchino, poi spennellatela con il tuorlo rimasto sbattuto con 1/2 cucchiaio di acqua e un pizzico di sale. Cuocete in forno a 160° per 50 minuti circa. Sfornate, fate risposare qualche minuto e servite.

MEDIA
● **Preparazione 40 minuti + riposo** ● **Cottura 50 minuti** ● **680 cal/porzione**



PROVOLA E MELANZANE A SCAPECE

PER 4 PERSONE
2 melanzane - 3 pomodori perini - 2 cipolle - 300 g di Provola Picciridda - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 spicchio di aglio - 1/2 bicchiere di aceto bianco - olio extravergine d'oliva - olio per friggere - sale - pepe in grani

● **1** Sciacquate le melanzane, poi asciugatele, spuntatele e tagliatele a cubetti. Friggetele in abbondante olio caldo e, quando sono dorate, scolatele su carta da cucina e tenetele da parte.
● **2** Sbucciate le cipolle, affettatele e fatele appassire in una padella con un filo d'olio extravergine e un pizzico di sale. Unite i pomodori lavati e tagliati a listarelle e fateli insaporire per 2-3 minuti, senza farli appassire. Portate a bollore l'aceto con 1 bicchiere d'acqua e versatelo sulle cipolle, unite 3-4 rametti di prezzemolo e 2-3 grani di pepe pestati, poi lasciate raffreddare.
● **3** Tagliate il formaggio a tocchetti e trasferiteli in una terrina con le melanzane; unite la cipolla e i pomodori con il loro sugo e profumate con qualche fogliolina di prezzemolo. Lasciate riposare al fresco per 30 minuti e servite.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti + riposo**
● **Cottura 15 minuti** ● **400 cal/porzione**



Piatto Martina Geroni - Taller delle Terre, tessuto C&C Milano.
Indirizzi a pagina 6



> *segue da pag. 22*

Stagionatura da 24 ore a 6 mesi

Come si diceva, la stagionatura va in genere da 24 ore a 10 giorni. Ma può variare molto a seconda del tipo di prodotto che si vuole ottenere. Arriva fino a 6 mesi come nel caso della Provola dei Nebrodi (che raggiunge anche i cinque chili), mentre, per restare in Sicilia, non supera le due settimane quella altrettanto eccellente delle Madonie. Questa grande varietà permette al prodotto di stare sul mercato nonostante la concorrenza di mozzarella e fior di latte, specialmente lì dove è nato nella versione vaccina, in Molise e Puglia, ma anche in Calabria e in Sicilia.

NOTIZIA DELL'ULTIMA ORA:

SPARITE TUTTE LE COPIE DEL NUOVO CATALOGO IKEA.

Ma solo dalle cassette delle lettere.
La nuova edizione del Catalogo ti aspetta direttamente in negozio e on-line, con oltre 240 novità per ispirarti.



IN IKEA C'È SEMPRE QUALCOSA DI NUOVO.

Vieni a scoprire il nuovo Catalogo in negozio e su IKEA.it

IKEA

A PROPOSITO DI VINO

ETICHETTE E ABBINAMENTI, I CONSIGLI DEL SOMMELIER

Coppie di qualità

PROVOLE E VINO: MATRIMONIO D'AMORE TRA I FORMAGGI PROTAGONISTI DELLA GASTRONOMIA DEL SUD E IL NETTARE DI BACCO IN VERSIONE ROSÉ E ROSSO

di Sandro Sangiorgi, a cura di Monica Pilotto

ROSÉ PER LE PROVOLE DI SICILIA

È noto che l'universo dei formaggi e dei latticini è quello più praticato dal vino, davvero non esiste un prodotto caseario che non meriti un accostamento efficace e gratificante per entrambi i soggetti. Il campo delle provole non fa eccezione e rafforza la possibilità degli accostamenti territoriali, quasi che nel vino sia possibile cogliere le sfumature reperibili nei profumi e nel gusto dei cibi. Vediamo da vicino alcune combinazioni virtuose, quando i latticini sono consumati da soli, tenendo insieme almeno due fili principali: il latte (solitamente vaccino, a parte qualche rara consuetudine che prevede quello bufalino, ovino o caprino, talvolta usati insieme) e la stagionatura. La provola siciliana delle Madonie, mangiata fresca, ha sapore delicato, lievemente dolce e richiede rosati altrettanto teneri a base di Pignatello, come quelli realizzati felicemente nelle provincie di Palermo e Trapani. La provola Iblea, ottenuta da latte vaccino di razza modicana, evoca la maggiore freschezza del Nero d'Avola, sempre in versione rosé, prodotto tra le provincie di Ragusa e Siracusa.



CON QUELLE AFFUMICATE

La pratica di affumicare i latticini è ormai diffusa ovunque, tuttavia l'originalità proposta dalla Provola di Agerola consente un matrimonio d'amore con il Piedirosso dei territori vesuviani. Alla combinazione tra sentori piacevolmente sulfurei e affumicati, risponde una contesa tra la vivacità del vino e la grassa e tenace densità della pasta. Il terroir agerolese e il medesimo latte danno vita anche al Provolone del Monaco, le cui particolarità sono la lunghezza del processo di preparazione, che dona ricchezza espressiva, e la maturazione dalla quale scaturisce un gusto complesso, spiccatamente sapido e anche piccante.
Qui ci vuole un rosso articolato, un Aglianico lucano, la cui generosità abbraccia il cibo e ne gratifica l'anima campestre del pascolo.
Il Caciocavallo silano può essere servito sia giovane, meritevole della solare eleganza di un Cirò Rosato, sia stagionato la cui piccantezza trova pronto un Magliocco cosentino fervido e verace.



CIRÒ ROSATO

Librandi, Cirò Marina (KR), 0962 31518, € 8 - Questa cantina rappresenta un punto di riferimento per chi desidera vini godibili e versatili, proprio com'è il Cirò nella versione rosato, ottenuto da uve Gaglioppo coltivate sulle rive del mar Jonio; gli affidiamo i deliziosi e variegati contrasti fra provola picciridda e scapece e tra caciocavallo e cipolle agrodolci (pag. 26 e 22).

GRILLO VIOGNIER

Feudo Luparello, Pachino (SR), 0735 488010, € 7 - Le uve di questo bianco provengono da Santa Margherita di Belice, in provincia di Agrigento; ottenuto da una combinazione tra le uve omonime, il Grillo Viognier esibisce una profumata rotondità da sperimentare sui bocconcini e sulle lasagne verdi (pag. 19 e 23).

FIORE DI PRIMITIVO

Az. Agr. Cantina Giara, Adelfia (BA), 338 4039570, € 16 - Il territorio di Gioia del Colle ha dato al Primitivo una personalità affabile, al punto da poterlo collocare su cibi troppo delicati per le vigorose e corpulente versioni tarantine e salentine; qui presiede alla succulenta fusione tra gli spaghetti e il Provolone del Monaco e partecipa alla stratificata suadenza della parmigiana (pag. 18 e 24).

PÉR 'E PALUMM - CAMPI FLEGREI

Az. Agr. Agnanum, Agnano (NA), 081 2303507, da € 16 - Sanguigno, sulfureo e sorprendente nei profumi, il Piedirosso dell'agricola Moccia manifesta un sapore equilibrato e più lineare: l'acidità è gentile, così che il vino possa misurarsi con l'aromatica varietà della pizzaiola; la persistenza è prolungata, in modo da reggere l'abbondanza gustativa della pizza rustica (pag. 21 e 25).



riso *nero*

PROFUMATO E QUASI CROCCANTE, I SUOI CHICCHI ALLUNGATI SI ABBINANO AI FRUTTI DELL'ORTO E DEL MARE

a cura di Francesca Romana Mezzadri, ricette di Alessandra Avallone, foto di Stefania Giorgi, styling di Sara Farina



Insalata con pomodorini arrostiti, menta e pistacchi,
pag. 38

Ciotola in gres in vendita da Rinascente, cucchiaio KNindustrie, tessuti in lino Forme di Farina. Nella pagina accanto, piatto ovale in gres Zara Home, tazza in gres blu Julie Damhus, canovaccio gaufrè Once Milano. Indirizzi a pagina 6



Riso con mango, avocado e gamberi,
pag. 38

Ciotola Zara Home, piatto piano Forme di Farina, ciotolina Mancuso Designlab, vassoio in vendita da Habitat Italia. Nella pagina accanto, piatto SchönhuberFranchi, posata KNindustrie, canovaccio Once Milano, tessuto in lino Forme di Farina. Indirizzi a pagina 6

CALAMARI RIPIENI CON COPPA E ARANCIA

PER 4 PERSONE
1 tazza di riso nero lessato - 8 calamari medi puliti - 1/4 di cipolla - 2 spicchi d'aglio - 8 fette sottili di coppa - 1 arancia non trattata - 4-5 pomodori perini maturi - vino bianco - 1 ciuffo di basilico - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Separate i tentacoli dalle sacche dei calamari e lavate tutto. Tritate metà dei tentacoli. Sbucciate la cipolla e gli spicchi d'aglio, tritate la prima e dividete a metà gli altri. Sbollentate i pomodori in acqua bollente 30 secondi, sbucciateli e spezzettateli.
● **2** Tritate al coltello 4 fette di coppa e soffriggetele in una padella con 2 cucchiai d'olio, la cipolla e 1/2 spicchio d'aglio. Unite i tentacoli tritati e, appena cambiano colore, sfumate con poco vino. Aggiungete metà dei pomodori, qualche foglia di basilico, salate e cuocete 10 minuti a fuoco vivace. Incorporate il riso e fate insaporire 5 minuti. Spegnete, fate intiepidire, farcite i calamari con la preparazione e chiudeteli con uno stecchino. Lavate l'arancia, ricavate 2 strisce di scorza e riducetele a julienne, poi spremete il succo.
● **3** In una casseruola, soffriggete la coppa rimasta, tagliata a striscioline, con il resto dell'aglio e 2-3 cucchiai di olio. Rosolate nel condimento i calamari e i tentacoli interi, salate e bagnate con poco vino. Unite i pomodori rimasti, il succo d'arancia e le scorzette. Cuocete i calamari 20 minuti a fuoco dolce, girandoli ogni tanto, unendo se necessario poca acqua al fondo di cottura. Spegnete e fate riposare i calamari 10 minuti prima di servirli, dopo aver eliminato gli stecchini.

FACILE
● Preparazione 20 minuti ● Cottura 45 minuti ● 520 cal/porzione





Quiche in crosta di riso nero,
pag. 38



Piatto Mancuso Designlab, tazza Julie Damhus, tessuto in lino Forme di Farina. Nella pagina accanto, tessuto in lino Forme di Farina. Indirizzi a pagina 6

RISOTTO AL POLPO ARROSTITO E SALSA ALLO ZENZERO

PER 4 PERSONE
300 g di riso nero - 2 scalogni - 1 polpo da 1 kg pulito - 1 noce di zenzero fresco - 1 spicchio d'aglio - 1 bicchiere di vino bianco - 1 limone non trattato - 1 ciuffo di prezzemolo - 1 ciuffo di finocchietto - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Cuocete il polpo in pentola a pressione, con 2 dl d'acqua, per circa 30 minuti dal sibilo. Fate intiepidire e filtrate il brodo, tenendolo da parte. Pulite il polpo levando la pellicina alla testa e alla base dei tentacoli ma senza eliminare quella con le ventose.
● **2** Lessate il riso in acqua bollente salata per 20 minuti, scolandolo ancora al dente. Sbucciate e tritate finemente gli scalogni; soffriggeteli in una casseruola con 2 cucchiai di olio, unite metà del polpo tagliato a pezzetti e sfumate con il vino bianco.
● **3** Aggiungete nella casseruola il riso nero e cuocetelo ancora per 15 minuti, bagnandolo di tanto in tanto con l'acqua di cottura del polpo. Nel frattempo, sbucciate e grattugiate zenzero e aglio; mescolateli in una ciotolina con 3 cucchiai di olio, salate e aggiungete 1 cucchiaino di scorza di limone grattugiata. Dividete il polpo rimasto a grossi tocchi e arrostiteli su una padella ben calda, con poco d'olio.
● **4** Mantecate il risotto con 2/3 della salsa allo zenzero. Aggiungete alla salsa rimasta il succo di 1/2 limone, altri 2 cucchiai di olio e qualche foglia di prezzemolo e finocchietto tritata. Versate questo condimento sul polpo in padella. Servite il risotto con il polpo arrostito, il suo condimento e un trito di erbe fresche.

FACILE
● Preparazione 20 minuti ● Cottura 1 ora e 10 minuti ● 490 cal/porzione

ARANCINI CON RAGÙ DI MANZO

PER 4 PERSONE
250 g di riso nero - 40 g di Grana Padano Dop - 150 g di polpa di manzo macinata - 1 cipollotto - 1 spicchio d'aglio - vino bianco - 100 g di pomodorini ciliegini rossi e gialli - 2 cucchiai di concentrato di pomodoro - origano fresco - pangrattato integrale - 2 cucchiai di semi di papavero - 1 uovo - olio per friggere - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lessate il riso in acqua salata per 40 minuti, scolatelo, rimettetelo in pentola, conditelo con il formaggio, grattugiato, coprite e fate raffreddare. Soffriggete in poco olio d'oliva aglio e cipollotto sbucciati e tritati, unite la carne, rosolatela e sfumate con poco vino. Aggiungete il concentrato stemperato in 1/2 tazza d'acqua, i pomodorini a metà, sale, pepe e cuocete 10 minuti finché il sugo è ristretto. Unite l'origano e fate intiepidire.
● **2** Prendete una manciata di riso per volta e schiacciatelo sul palmo della mano; mettete al centro 1 cucchiaio di ragù, richiudete l'arancino, compattandolo, passatelo nell'uovo sbattuto e nel pangrattato mescolato al papavero. Preparate allo stesso modo tutti gli arancini e friggeteli nell'olio caldo.

FACILE
● Preparazione 20 minuti ● Cottura 1 ora ● 500 cal/porzione



Vassoio nero ovale in vendita da Rinascente. Indirizzi a pagina 6



INSALATA CON POMODORINI ARROSTITI, MENTA E PISTACCHI

PER 40 PERSONE
250 g di riso nero - 300 g di pomodorini ciliegini rossi - 1 mazzetto di menta - 1 mazzetto di prezzemolo - 80 g di pistacchi sgusciati e spellati - 50 g di pecorino romano - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Cuocete il riso in acqua salata per 35 minuti circa, scolatelo e lasciatelo raffreddare. Lavate i pomodorini, asciugateli, disponeteli su una placca e conditeli con sale e un filo di olio. Cuoceteli nel forno, possibilmente ventilato, a 200° per circa 10 minuti, finché appassiscono.
● **2** Tritate grossolanamente i pistacchi. Grattugiate il pecorino con la grattugia a fori grandi e mescolatelo in una ciotola con i pistacchi tritati e un trito abbondante di menta e prezzemolo. Mescolate il riso con il trito appena preparato, aggiungete i pomodorini e un filo d'olio, regolate di sale, pepate e mescolate delicatamente prima di servire. Guarnite, se vi piace, con menta fresca.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 45 minuti** ● **470 cal/porzione**



RISO CON MANGO, AVOCADO E GAMBERI

PER 4 PERSONE
200 g di riso nero a cottura rapida - 1 avocado - 1 mango - 16 gamberi sgusciati e puliti - 2 lime - 1 spicchio d'aglio - origano secco - 1 ciuffo di basilico - peperoncino in polvere - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Lessate il riso in acqua bollente salata per 15 minuti (o quanto indicato sulla confezione), scolatelo e intiepidite passandolo pochi istanti sotto l'acqua corrente fredda. Scolatelo molto bene. Sbucciate l'avocado, eliminate il nocciolo e tagliate la polpa a dadini. Conditeli con il succo di 1 lime e sale. Sbucciate il mango, tagliatelo a dadini della stessa misura dell'avocado (scartando il nocciolo) e conditelo con un pizzico di peperoncino.
● **2** Lavate il lime rimasto. Grattugiate 1 cucchiaino di scorza, spremete il succo ed emulsionate entrambi con 4 cucchiai d'olio, sale e origano.
● **3** Scaldate una padella ampia o un wok con 2 cucchiai di olio e l'aglio schiacciato. Unite i gamberi, cuoceteli a fuoco vivo 3 minuti e salateli. Mescolate il riso con i gamberi, la frutta e una manciatina di basilico. Condite con la salsina al lime e origano e servite.

FACILE
● **Preparazione 10 minuti** ● **Cottura 20 minuti** ● **500 cal/porzione**



QUICHE IN CROSTA DI RISO NERO

PER 6 PERSONE
250 g di riso nero - 40 g di Grana Padano Dop - 1 cipolla rossa - 1 spicchio d'aglio - 1 peperone rosso - 1 peperone giallo - 1 ciuffo di timo - 1 rametto di rosmarino - peperoncino in polvere - 2 cucchiai di pasta di olive verdi - 4 uova - 2 dl di panna fresca - 1/2 dl di latte - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Lessate il riso in acqua bollente salata per 40 minuti, scolatelo e lasciatelo raffreddare. Sgusciate 1 uovo separando tuorlo e albume. Unite quest'ultimo al riso insieme al formaggio, grattugiato. Coprite una teglia dal fondo amovibile con carta da forno inumidita, oliatela e rivestitela con il riso formando uno strato spesso circa 1/2 cm, compattandolo molto bene con il fondo di un bicchiere. Infornate a 200° per 15 minuti.
● **2** Nel frattempo, mondate e tagliate a dadini la cipolla e i peperoni. Scaldate in una padella 2-3 cucchiai di olio con l'aglio intero, unite cipolle e peperoni, salate e cuocete 10 minuti. Insaporite con timo, rosmarino, peperoncino e cuocete ancora qualche minuto.
● **3** Sbattete uova e tuorlo rimasto con panna, latte e pasta di olive, salate, pepate, unite le verdure e mescolate. Versate il ripieno nella crosta di riso. Cuocete in forno a 180° 50 minuti. Servite tiepido o freddo.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 2 ore e 5 minuti** ● **480 cal/porzione**



Ritorno alla natura

Ogni occasione è buona per far del bene all'ambiente...anche aprire una confezione di insalata! Infatti, le **nuove confezioni** di insalate biologiche e di origine italiana Scelta Verde Bio,Logico Despar sono **100% compostabili**. Così, dopo che avrai gustato il lattughino, la misticanza, il radicchio rosso, la rucola e la valerianella Scelta Verde Bio,Logico Despar, potrai gettarne la **confezione nell'umido** per un minimo impatto sull'ambiente.

DESPAR SCELTA VERDE BIO, Logico

DESPAR EUROSPAR INTERSPAR

www.desparitalia.it



TARTELLETTE di BRISÉE
con melanzane al funghetto e burrata

Preparazione 30 minuti - Cottura 20 minuti
Stampi da tartelletta Ø 10 cm - per 7 pezzi





Ingredienti:
- 1 rotolo d pasta brisée pronta

Ingredienti melanzane al funghetto:
- 200 g di melanzane
- olio per friggere
- 1 spicchio d'aglio, basilico
- 2 pomodori piccoli
- olio extravergine d'oliva, sale
- 560 g di **Burrata Trevalli Bontà del Parco**
- prezzemolo per decorare

Preparazione

1) Tartellette: nella pasta brisée incidete dei dischi di diametro leggermente superiore agli stampi e rivestite gli stampini imburrati e infarinati. Rifilate la pasta sui bordi e pungetela sui fondi. Proteggetela con dischetti di carta-forno e riempite gli stampi con del riso.
Infornate a 180° per 10 minuti, sfornate, eliminate il riso e la carta, poi rimettete in forno proseguendo la cottura ancora per 1-2 minuti. Sfornate e sformate i gusci.

2) Melanzane: tagliate le melanzane a cubetti e friggeteli nell'olio. Scolateli su carta da cucina. In una padella in un filo d'olio dorate l'aglio, poi versate i pomodori a cubetti, rosolate per qualche minuto e unite le melanzane. Regolate di sale. Fate insaporire aromatizzando con il basilico.

3) Ponete nei gusci la **Burrata TreValli Bontà del Parco** e le verdure. Decorate con prezzemolo e servite.





www.lattetrevalli.it
www.trevalli.cooperlat.it

I love moka

DA QUASI UN SECOLO GORGOGLIA SUI FORNELLI DEGLI ITALIANI E NE ACCOMPAGNA IL RISVEGLIO. SAPPIAMO DAVVERO COME USARLA AL MEGLIO?

di Daniela Falsitta, in collaborazione con Accademia Vergnano



FOTO MICHAEL C/UNSPLASH E HEATHER GILL/UNSPLASH

Nel nostro viaggio intorno al mondo del caffè, il passaggio dalla moka è una tappa fondamentale. Ideata nel 1933 da Alfonso Bialetti, ma portata al successo dal figlio Renato (è lui l'omino coi baffi), la "macchinetta" ha un posto nel cuore e nella cucina di ogni italiano. Il suo funzionamento poi è così semplice da essere alla portata di un bambino. Eppure, lo sappiamo bene, non tutti i caffè fatti con la moka sono uguali: esistono infatti piccole ma importanti attenzioni che rendono molto più piacevole il risultato finale.



Scuro, forte e profumato: così dev'essere il caffè preparato con la moka. Gli esperti consigliano di rinunciare alle ultime gocce che sgorgano nel raccoglitore per non allungarlo troppo.

LA MATERIA PRIMA È IMPORTANTE

Il caffè per la moka dev'essere di ottima qualità e macinato appositamente, ovvero con un calibro un po' più grosso di quello per l'espresso. La sua conservazione, poi, va curata: una volta aperto il pacchetto, meglio tenerlo in un recipiente a chiusura ermetica e consumare il contenuto in breve tempo. Da tenere presente che, trattandosi di una sostanza che assorbe molto gli odori, lasciarlo vicino ad altri cibi o bevande ne altera il profumo irrimediabilmente. Quanto all'acqua, dovrebbe essere il più possibile pura, inodore, insapore e priva di calcare, meglio se minerale. E va usata bella fresca.

Veniamo ora al caricamento: dopo aver riempito la caldaia della moka fino alla valvola (e mai oltre), si passa alla polvere. La giusta dose si ottiene inserendola nel filtro con un cucchiaino, senza pressarla ma arrivando a creare una piccola cunetta. Una volta avvitata la parte superiore (il raccoglitore), si pone la moka sul fuoco con la fiamma al minimo in modo da rendere l'estrazione più lenta. Un dubbio frequente riguarda il momento giusto in cui spegnere il gas: "Quando il caffè comincia a gorgogliare", ci spiegano gli esperti di Accademia Vergnano, "è già ora di aprire il coperchio e far uscire il vapore, in modo che non si trasformi in condensa e non ricada nel caffè alterando la qualità della bevanda. La fiamma invece andrà spenta poco dopo, senza aspettare che il liquido esca completamente, poiché questo significherebbe allungare il caffè buono con acqua colorata". "Ancor peggio", continua l'esperto, "sarebbe lasciare la moka sul fuoco oltre l'ultima goccia perché a quel punto la bevanda comincerebbe a bruciare e il sapore a virare verso l'amaro in modo insopportabile".

I TEST DI QUALITÀ

Per i più insicuri, esistono alcuni esami che chiunque può effettuare facilmente. Prima di tutto affidatevi al naso: se mentre il caffè gorgoglia spande un buon profumo, è un ottimo segno. La bevanda, poi, deve avere un colore bello scuro e una certa consistenza, perché un caffè acquoso non è ciò che ci si aspetta dalla moka. Infine, una volta bevuto, controllate il residuo nella tazza: un fondo troppo abbondante non serve a leggere il futuro, ma significa che il filtro è vecchio e va sostituito.

LATTINE DA COLLEZIONE



Perché buttarle una volta esaurite? Caffè Vergnano evita lo spreco e la necessità di smaltimento delle lattine di caffè rendendole personalizzabili. Il sistema Tin Configurator consente infatti di sceglierne la grafica e riceverle a casa. Basta collegarsi al sito caffevergnano.com e seguire le istruzioni: dopo aver selezionato la miscela (arabica moka, arabica espresso e decaffeinato), si decide lo sfondo della lattina, si può aggiungere una foto, un testo e scegliere il colore del tappo. Attualmente si possono selezionare 40 sfondi diversi, ma la collezione verrà presto integrata da motivi dedicati alle stagioni o alle ricorrenze dell'anno. La lattina di Caffè Vergnano è così pronta a trasformarsi per nuovi utilizzi: potrà diventare un vasetto per le piante aromatiche, un porta penne per l'ufficio, un porta posate, essere abbinata ai colori di casa o scandire e ricordare i momenti speciali.

Nikita Sergeev
L’Arcade

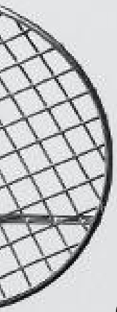


UN VULCANO DI IDEE
Dopo uno stage al ristorante Al Tramezzo di Parma, Nikita nel 2013 ha aperto il suo locale con una brigata molto affiatata, un menu eclettico e una carta dei vini di primissimo ordine. Molto impegno ed eccezionale talento lo hanno portato in Jre nel 2018 e all’apertura del nuovo locale Banco_12 dentro il mercato di Porto San Giorgio. È un po’ bistrot, un po’ bottega: si trovano persino le farce per la pasta fresca e ci si può fare colazione. Un luogo più informale per far conoscere la sua idea di cucina rianimando il vecchio mercato cittadino e dare più gusto alla socialità.





ELEGANZA GOURMET Il ristorante l'Arcade di Porto San Giorgio è un piccolo tempio del buongusto, non solo palatale. L'ambiente e gli arredi sono essenziali, classici e sognanti, giocati sulle tonalità crema, con tovagliati bianchi, pareti spatolate e parquet. In carta tanti piatti di pesce freschissimo e tipicità marchigiane, vincisgrassi e moscioli (cozze selvatiche) inclusi (ristorantelarcade.it).



GENIALE E PRAGMATICO ESALTA L'ESSENZA DELLA CUCINA ITALIANA CON ESTRO ESTETICO DA MOSCOVITA

a cura di Silvia Bombelli, foto di Michele Tabozzi

Nato a Mosca nel'89, proprio quando, con la caduta del muro di Berlino, si apriva anche oltrecortina la stagione della cucina gourmand, Nikita Sergeev è rimasto incantato fin da bambino dall'arte del buon cibo. A casa aiutava nonna Tamara nelle sue opere culinarie. Nei ristoranti di tutto il mondo, al seguito dei genitori, viaggiatori e buongustai, assaggiava piatti sensazionali. Così gli è rimasta la voglia di farne di suoi. Dopo la laurea in Scienze Politiche conseguita a Mosca, quando già aveva eletto Porto San Giorgio sua dimora d'elezione (dopo mille vacanze ci si era trasferito) il destino gli dato una mano. Il titolo di studi in Italia non valeva, bisognava che cambiasse Paese o... professione. In poche settimane la svolta: ha cercato una scuola di alta cucina, ha trovato Alma e nel 2103 aveva già aperto L'Arcade. Solo 7 tavoli per 9 persone tra cucina e sala dove gustare gamberi rosa con estratto di verdure fermentate, mazzancolle cotte nel siero, tortelli di ombrina in brodo di moscardini o anguilla alla brace con panna acida. Affascinato dalla cucina italiana che definisce "equilibrata e democratica, buona per il ricco e per il povero", Nikita la interpreta con la curiosità dello straniero che non dà niente per scontato esaltando il meglio della nostra tradizione, senza negarsi piccole incursioni nella cultura nativa: fermentati, affumicati, macerati e tante bacche, rape e funghi abbinate ai suoi magici piatti. Niitidi e decisi come lui.

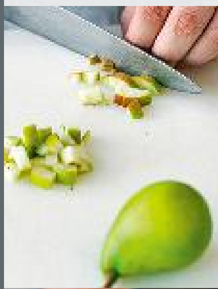


Salmone selvaggio, pere e cipolla di Tropea

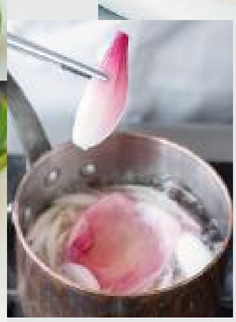
pag. 44

TROVATE L'INTERVISTA E IL VIDEO DI QUESTA RICETTA ON LINE SU SALEPEPE.IT

Nikita Sergeev
L'Arcade






PICCOLE MAGIE
Una ricetta semplice che diventa un capolavoro sfruttando piccoli trucchi. Prima di aggiungere il cumino, per esempio, lo chef lo strofina tra le mani per far sprigionare tutto il suo profumo. La cottura del salmone deve essere brevissima, per evitare che scuocia; un breve riposo, prima di servirlo, permette ai sapori di amalgamarsi.



SALMONE SELVAGGIO, PERE E CIPOLLA DI TROPEA

PER 4 PERSONE
800 g di salmone selvaggio - 180 g di guanciale affettato fine - foglie fresche di cicoria di campo - olio extravergine d'oliva - sale
per la composta di pere: 200 g di pere Coscia - 10 g di zucchero - 1 g di cumino - 1 bacca di anice stellato - 10 ml di olio extravergine d'oliva - 10 ml di aceto di vino bianco - sale
per le cipolle in agrodolce: 1 cipolla di Tropea - 30 g di zucchero - 50 ml di aceto di vino bianco - 1 g di sale

- **Per il salmone:** eliminate eventuali spine, tagliatelo in 4 tranci (circa 5 cm di spessore) scalzando la pelle con l'aiuto del coltello. Posizionate sul tagliere 1/4 delle fette di guanciale leggermente sovrapposte e mettetevi al centro, perpendicolarmente, un trancio. Avvolgetelo con il guanciale e appoggiatelo su un foglio di pellicola. Arrotolate ogni trancio ben stretto a caramella. Procedete nello stesso modo con gli altri tranci e mettete in frigo.
- **Per le pere:** pulite i frutti, tagliateli a dadini senza sbucciarli e metteteli in una casseruola con lo zucchero, il cumino, l'anice stellato, l'olio e un pizzico di sale. Fate scaldare, sfumate con l'aceto e cuocete per 5 minuti.
- **Per le cipolle:** fate bollire in una casseruola 100 ml d'acqua, lo zucchero, l'aceto e il sale. Tagliate a falde il cuore della cipolla, trasferitele nella casseruola con una pinza e cuocetele per 5 minuti a fuoco forte. Fate raffreddare le cipolle nel fondo di cottura.
- **Per completare e servire:** private i tranci dalla pellicola e fateli rosolare senza condimento in una padella antiaderente a fuoco medio basso per 8-10 minuti. Trasferiteli per qualche minuto su un tagliere, tagliateli a rondelline di 2 cm di spessore e disponeteli nei piatti con le falde di cipolla, la composta di pere, un filo d'olio, poco sale. Guarnite con qualche foglia di cicoria e servite.







KOCH
exactly my taste
tutta
un'altra sfoglia
Ogni volta sai essere deliziosa
imprevedibile, gustosa, dolce o salata.
Tu sei la più leggera,
sempre tenera e sincera.
Non c'è nulla che ti assomiglia
tu sei tutta un'altra sfoglia.
Pasta Sfoglia · Blätterteig
500 g
(2x250 g)
scopri il nostro assortimento su **www.kochbz.it**
LARS.it



Fine estate nel bosco

UN MENU DI PORTATE RUSTICHE DA CONDIVIDERE NEL DOLCE RELAX DEL SETTEMBRE IN MONTAGNA

a cura di Francesca Romana Mezzadri, testo di Fiammetta Bonazzi, ricette di Livia Sala, foto di Michele Tabozzi, styling di Stefania Aledi, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi. Si ringrazia l'architetto Guido Moro per l'ospitalità nella struttura dell'agriturismo Torre Scilano a Borgonuovo di Piuro (So)



Sì, questa mattina l'aria è già diversa. Le montagne della Valchiavenna, a nord del Lago di Como, sono ancora verdissime eppure il vento è più fresco del solito e la luce dell'alba ha la trasparenza dei quarzi che brillano sui greti dei torrenti. Stanotte la volpe si è avvicinata alla casa di pietra in cerca di tepore: quel calore che ispira anche il nostro pranzo di fine stagione, che congeda l'estate con una sontuosa tavolozza di colori e sapori a chilometro zero. A cominciare dall'antipasto, non si poteva non ispirarsi al grano saraceno, che in queste vallate è da secoli l'ingrediente dei pizzoccheri e di polente squisite. La farina che si ricava da questo lontano parente dei cereali, priva di glutine ma piena di fibre e proteine, diventa protagonista di una focaccia rustica impreziosita da fettine di patate e salvia: è perfetta con una selezione di bresaola, lardo, speck e toma d'alpeggio affettati al momento.

> segue a pag. 49

La focaccia al grano saraceno è un'originale alternativa al pane per l'antipasto: il suo sapore robusto si abbina alla perfezione con i salumi e i formaggi d'alpeggio



A destra, piatto Arte nel Pozzo. Indirizzi a pagina 6



Focaccia al grano saraceno con patate e salvia,
pag. 54



Nella pagina accanto: in alto, runner Zara Home; in basso, piatto in gres chiaro Fiorirà un Giardino, piatto grigio Lene Bjerre. Indirizzi a pagina 6

TAGLIOLINI AI MIRTILLI CON FUNGHI E POMODORINI AL ROSMARINO

Lavate e frullate 180 g di mirtilli con 180 ml di acqua. Versate il liquido su 600 g di semola rimacinata di grano duro e impastate fino a ottenere una palla liscia. Avvolgetela in pellicola e fate riposare mezz'ora. Pulite 300 g di funghi misti (finferli, pioppini) e tagliate i più grandi a pezzi. Sciacquate 300 g di datterini gialli e rossi e riduceteli a spicchi. Strofinate un tegame con 1 spicchio d'aglio diviso a metà. Lasciate l'aglio nel tegame, unite un filo d'olio e 2 rametti di rosmarino. Fate prendere calore, eliminate l'aglio, unite i funghi e, dopo 2-3 minuti, i pomodorini. Salate, pepate, sfumate con 100 ml di vino bianco e cuocete 3-4 minuti. Stendete la pasta con la macchinetta in strisce lunghe 20 cm, infarinatele, arrotolatele dal lato corto e tagliatele con un coltello per ricavare tagliolini larghi 4-5 mm. Lessateli in acqua salata, scolateli, saltateli nel condimento, riportato sul fuoco, e servite. Per 6 persone.



Tagliolini ai mirtilli
con funghi e pomodorini
al rosmarino
pag. 48

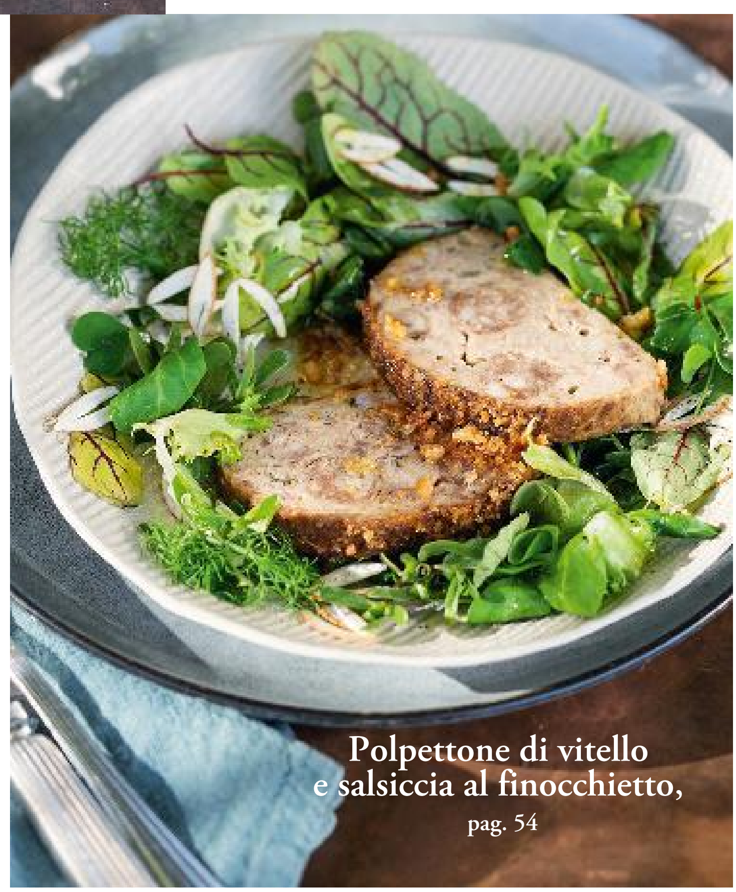


In attesa del primo, c'è sempre il tempo per un brindisi con un vino rosso robusto, che ben si accompagna anche ai tagliolini ai mirtilli

> *segue da pag. 47*

La giornata è incantevole e invita a pranzare all'aperto: con il tocco dei bicchieri colorati, una caraffa di acqua di sorgente e un bouquet di fiori del giardino, la tavola è subito pronta. Per coincidenza, la tinta del nostro runner richiama la nuance dei tagliolini preparati con i mirtilli: basta frullarli con poca acqua e aggiungerli alla semola per ottenere un bell'impasto viola e leggermente acidulo che si lavora facilmente con l'apposita macchinetta. Il risultato è un primo antiossidante che si sposa a meraviglia con il ragù vegan di funghi e pomodorini rinvigorito dalle cimette di rosmarino. Le erbe arrivano tutte dall'orto che, quest'anno, è stato particolarmente generoso: oltre alle aromatiche ha regalato e regala ancora tanta insalata, da usare come "base" per il polpettone di vitello e salsiccia alleggerito nella farcia dall'aggiunta del finocchietto, che facilita la digestione dei grassi. Il tocco da chef? La salsina di mandorle, che ammorbidisce la carne e la rende ancora più tenera e saporita.

> *segue a pag. 50*



Polpettone di vitello
e salsiccia al finocchietto,
pag. 54





CARTOCCIO DI PORCINI, MELANZANE E NOCCIOLE

Pulite con cura 6 funghi porcini e tagliateli a fette. Sciacquate 2 piccole melanzane, spuntatele e tagliatele a tocchetti. Saltate per 2-3 minuti i funghi e le melanzane in una larga padella con un filo d'olio e un pizzico di sale, a fuoco vivo, in modo che si asciughino un po'. Preparate 6 fogli di carta da forno bagnati e strizzati. Distribuite funghi e melanzane sui fogli e dividete sulle porzioni 80 g di uvetta, 80 g di nocciole tritate grossolanamente, 1 scalogno sbucciato e affettato e un pizzico di origano secco. Chiudete i cartocci, formando 6 fagotti e legateli con un giro di spago da cucina. Disponeteli su una teglia e cuoceteli in forno a 290° per 15 minuti.
Per 6 persone.

> segue da pag. 49

E se la misticanza come contorno non dovesse bastare? Si può sempre accompagnare la carne con un ricco cartoccio di porcini e melanzane, che - volendo - funziona anche da secondo ben bilanciato per chi non mangia cibi di derivazione animale: prima di infornare, basterà aggiungere qualche chicco di uva sultanina, una decina di nocciole tritate e un pizzico di origano per rinvigorire il mix vegetale con una nota agrodolce. Qualcuno, dopo tante delikatessen, di sicuro chiederà di fare una pausa in giardino in attesa del dessert, giusto il tempo di scaldare per pochi minuti sulla stufa (la prima della stagione) una torta di mele e lamponi davvero speciale: va servita tiepida con una crema tolta all'ultimo dal frigorifero, preparata il giorno prima aggiungendo a latte, uova e zucchero qualche foglia di fico disidratata in forno e poi sbriciolata. Che regala al classico dolce valligiano un inatteso retrogusto mediterraneo.

> segue a pag. 53





Ciotola Fiorirà un Giardino, tovaglioli Zara Home. Indirizzi a pagina 6

BERE GIUSTO
L'accostamento per coincidenza territoriale è sicuro e quasi sempre il più efficace, a maggior ragione - come in questo caso - quando gli ingredienti dei cibi evocano le sensazioni dei vini locali: pensiamo al profumo della salvia, del rosmarino e dei funghi e al gusto dei mirtilli e delle nocciole che ricorrono nell'eleganza del Nebbiolo della Valchiavenna, prodotto in una versione classica e sostanziosa, impeccabile sulla composita ricchezza del polpettone, di cui rispetta la morbida tattilità. Ci penserà la misticanza a equilibrare l'eventuale unto in eccesso; ai dolci riserviamo un raro passito ottenuto a Piuro, da un vigneto contenuto nel palazzo Vertemate Franchi, un bianco con colore dorato, profumi floreali e moderata sensazione zuccherina.

Tarte di mele con crema alle foglie di fico
pag. 54



BISCOTTI DI PROSTO
Setacciate in una ciotola 330 g di farina e unitevi 200 g di burro ben freddo a dadini e 170 g di zucchero. Lavorate gli ingredienti con la punta delle dita il più velocemente possibile per ottenere un impasto omogeneo. Compattatelo con le mani e modellatelo in un cilindro di 4-5 cm di diametro. Con un coltello affilato, tagliate il cilindro a fettine spesse 1 cm e sistematele su una placca, foderata con carta da forno. Cuocete in forno a 180° per 15 minuti. Per 6 persone.



In Valchiavenna ogni pasto deve terminare con un dolcetto: di solito è un biscotto di Prosto, dal nome del paesino dove fu inventato un secolo fa

> *segue da pag. 50*

C'è ancora tempo per godersi un lungo pomeriggio di sole prima del rientro in città. La conversazione spazia dal bilancio delle vacanze ai progetti per l'autunno e scorre via in leggerezza, soprattutto se inframmezzata da un bicchierino di passito in cui intingere i biscottini di Prosto. Questi dolcetti fragranti, che prendono nome dall'omonima frazione del comune di Piuro, paese di mercanti di seta e di produttori di pentole in pietra ollare nel cuore della Valchiavenna, già cent'anni fa si preparavano il 15 agosto per la festa dell'Assunta, e poi si conservavano dentro scatole di latta al fresco delle dispense, per averli sempre pronti all'arrivo di un ospite. La ricetta, che non prevede uova, è semplicissima, ma il segreto della riuscita sta nel burro: l'ideale sarebbe utilizzare quello locale, preparato con il latte degli alpeggi, che regala all'impasto un bel tono giallo intenso. Da enfatizzare, a piacere, sostituendo allo zucchero bianco un'identica quantità di zucchero di canna.



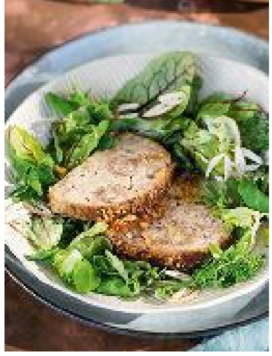


FOCACCIA AL GRANO SARACENO CON PATATE E SALVIA

PER 6 PERSONE
250 g di farina forte per focacce (tipo W330) + quella per la lavorazione - 150 g di farina di grano saraceno - 10 g di lievito di birra - 1/2 cucchiaino di zucchero - 300 g di patate novelle a buccia rossa - 1 spicchio d'aglio - 6 foglie di salvia - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sciogliete il lievito con lo zucchero in poca acqua tiepida, presa da un totale di 225 ml. Fate riposare finché si forma una schiumetta in superficie, poi unite il resto dell'acqua. Miscelate le farine in una ciotola e versatevi il liquido.
● **2** Aggiungete 2 cucchiai di olio, iniziate a impastare, unite un pizzico di sale e lavorate a lungo, trasferendovi sul piano di lavoro infarinato quando l'impasto risulta omogeneo. Piegate e appiattite più volte l'impasto finché non si attacca più al piano. Rimettetelo nella ciotola infarinata, coprite con pellicola e fate lievitare in frigo per 8 ore.
● **3** Trascorso il riposo, lavorate l'impasto sul piano infarinato, per riattivare la lievitazione, poi rimettetelo nella ciotola, coprite e fate riposare a temperatura ambiente per circa 1 ora, finché raddoppia di volume. Stendetelo in una teglia ben unta d'olio e copritelo con le patate lavate (non sbucciate) e tagliate a fettine sottilissime.
● **4** Tritate l'aglio e la salvia, mescolateli a 50 ml di olio, salate, pepate e irrorate il condimento sulla focaccia. Infornatela a 180° per 25 minuti. Servitela tiepida accompagnata, se vi piace, con salumi e formaggi.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti + il riposo**
● **Cottura 25 minuti** ● **310 cal/porzione**



POLPETTONE DI VITELLO E SALSICCIA AL FINOCCHIETTO

PER 6 PERSONE
400 g di luganiga al finocchietto - 500 g di carne macinata di vitello - 5 fette di pancarré - 100 ml di latte - 1 uovo - 50 g di Grana Padano Dop - 1 mazzetto di timo - 1 rametto di rosmarino - 1 mazzetto di prezzemolo - 120 g di mandorle sgusciate - 1/2 cucchiaio di concentrato di pomodoro - 1/2 cucchiaino di paprica - 1/2 spicchio d'aglio - 300 g di misticanza - 1/2 limone - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Ammollate le mandorle in acqua fredda per 8 ore. Spezzettate 4 fette di pane e bagnatele con il latte e poca acqua. Amalgamate la carne con 100 g di salsiccia, spellata e sbriciolata, l'uovo, 1 cucchiaio di trito di timo, prezzemolo e rosmarino, il pane strizzato e 30 g di formaggio, grattugiato. Salate e pepate.
● **2** Oliate un largo foglio di carta da forno e distribuitevi il composto formando un rettangolo di 25x20 cm. Sistematevi il resto della salsiccia, spellata e tagliata a pezzi. Con l'aiuto della carta formate il polpettone e chiudete a caramella. Infornate a 170° per 25 minuti. Tritate il pane rimasto e mescolatelo al formaggio rimanente, grattugiato. Scartate il polpettone, cospargetelo con il mix preparato e passatelo in forno per 15 minuti.
● **3** Pelate 100 g di mandorle. Frullatele con 1 cucchiaio d'olio, il concentrato, l'aglio spellato, la paprica e acqua sufficiente a ottenere una salsa non troppo fluida. Lavate e asciugate la misticanza. Servite il polpettone (anche tiepido) a fette con la salsa e la misticanza, mescolata con le mandorle rimaste tagliate a fettine sottili e condita con olio, sale, pepe e succo di limone.

FACILE
● **Preparazione 40 minuti + il riposo**
● **Cottura 40 minuti** ● **600 cal/porzione**



TARTE DI MELE CON CREMA ALLE FOGLIE DI FICO

PER 6 PERSONE
2 rotoli rettangolari di pasta frolla pronta (circa 500 g) - 4 mele rosse - 60 g di lamponi - 80 g di biscotti secchi - 50 g di zucchero di canna - 500 ml di latte - 4 foglie di fico non trattate - 100 g di zucchero semolato - 4 tuorli - 50 g di farina

● **1** Seccate in forno a 200° le foglie di fico, per pochi minuti, controllando spesso perché non brucino. Scaldate il latte con 50 g di zucchero semolato e mettetevi in infusione le foglie, un po' sbriciolate, per mezz'ora.
● **2** In un pentolino, lavorate i tuorli con lo zucchero semolato rimasto, poi unitevi la farina e stemperatela con cura. Scaldate nuovamente il latte, filtratelo e aggiungetelo poco alla volta al composto di tuorli. Mescolate bene con una frusta per evitare che si formino grumi e cuocete su fiamma bassissima finché la crema si addensa. Raffreddate il pentolino immergendolo in acqua fredda e continuate a mescolare perché non si formi una pellicina superficiale.
● **3** Sciacquate i lamponi. Lavate le mele e tagliatele a fettine sottili, privandole del torsolo. Rivestite una placca di carta da forno. Stendetevi i due rotoli di frolla, sovrapponendoli un po' per formare un rettangolo. Cospargetelo con i biscotti sbriciolati, lasciando liberi 2 cm di bordo, e con qualche lampone spezzettato, poi disponetevi le mele in file ordinate e i lamponi rimasti. Spolverizzate con lo zucchero di canna e ripiegate i bordi di pasta sul ripieno. Infornate a 180° per 25-30 minuti. Fate intiepidire e servite con la crema fredda.

FACILE
● **Preparazione 45 minuti + il riposo**
● **Cottura 35 minuti** ● **680 cal/porzione**



DAI PIÙ
GUSTO.
Fallo con
STILE.
Abbiamo selezionato i Pepi migliori per dare ai tuoi piatti un gusto unico. Portali in tavola con i nostri eleganti macinelli, studiati per macinare alla perfezione.
LA DROGHERIA 1880
CON MACINELLO
PEPE
4 STAGIONI
GRANI
PEPE BIANCO
PEPE NERO
PEPE VERDE
LA DROGHERIA
1880
GLI SPECIALISTI DELLE SPEZIE

Trota, salmerino e lavarello

TRE SQUISITI PESCI DELLA FAMIGLIA DEL SALMONE: UN'ECCELLENZA DEI NOSTRI LAGHI E DEI FREDDI TORRENTI DI MONTAGNA

di Mauro Cominelli, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda









I SALMONIDI

- **1** La **trota**, verdastra sul dorso e bianca sul ventre, si distingue per la fascia longitudinale rosata sul fianco. Due le varietà più diffuse: l'Iridea (spesso allevata) e la Fario (selvaggia).
- **2** Il **salmerino** è riconoscibile dalle pinne grigio-arancioni. Ha carni molto magre e delicate.
- **3** Il **lavarello** o coregone, argenteo con riflessi verdi, ha la caratteristica di avere pochissime spine.

COME EVISCERARLI

- **1** La tecnica vale per tutti i pesci: praticate con le forbici un taglio sul ventre, dall'orifizio anale fino alla testa. ● **2** Allargate con le mani i lembi del taglio ed estraete tutte le interiora, separandole all'occorrenza dal corpo con un coltellino.
- **3** Sciacquate a lungo il pesce, dentro e fuori, sotto acqua fredda corrente, in modo da eliminare tutto il sangue. Asciugatelo con carta da cucina.













COME SFILETTARLI

- **1** Dopo averli eviscerati, inserite la lama del coltello fra il filetto superiore e la spina centrale e fatela scorrere in modo da staccare il primo filetto.
- **2** Girate il pesce e procedete allo stesso modo anche dall'altra parte, in modo da ottenere il secondo filetto. Togliete le spine rimaste con una pinzetta.
- **3** Ora fate scorrere il coltello tra la polpa e la pelle in modo da eliminarla.





FILETTI DI LAVARELLO IMPANATI CON PORCINI

● **1** Pulite 4 porcini sodi e tagliateli a fettine. Mescolate 200 g di pangrattato con le foglie tritate di 5-6 rametti di timo. Sbattete 4 uova in una ciotola. Passate le fettine di fungo nella farina, poi nelle uova sbattute e quindi nel pangrattato. ● **2** Impanate anche 800 g di filetti di lavarello spellati. Scaldate abbondante olio di oliva e 50 g di burro in una padella antiaderente e friggete prima i porcini e quindi i filetti di pesce. Trasferiteli su un vassoio foderato con carta assorbente da cucina e salate; servite subito nei piatti individuali.

TROTELLE AL BLU

● **1** Disponete 4 trote da porzione in una teglia e versate 1/2 litro di aceto bianco (fatto prima bollire per 2-3 minuti); lasciate riposare per 1 ora. Versate 1/2 litro di vino bianco e altrettanta acqua in una casseruola; unite 1 carota a pezzi, 1 ciuffo di prezzemolo, la scorza di 1 limone non trattato, 2 foglie di alloro, 2 chiodi di garofano, qualche grano di pepe e sale. Fate sobbollire per 15 minuti. ● **2** Sgocciolate le trote dall'aceto, disponetele in una pesciera e versate sopra il liquido caldo filtrato. Coprite e cuocete per 15 minuti. Distribuite i pesci nei piatti e serviteli a piacere con patate lessate condite con burro fuso, sale e pepe.









GIRELLE DI SALMERINO CON FARRO TIEPIDO

● **1** Eliminate testa e lische di 4 salmerini da porzione e spellate i filetti. Mettete teste e lische in una pentola con 1 spicchio d'aglio, 2 carote e 1 costa di sedano a pezzi, sale e pepe. Versate 1,5 litri d'acqua e cuocete per 30 minuti. Filtrate il brodo ottenuto, tenete da parte gli ortaggi e lessatevi 280 g di farro. ● **2** Frullate gli ortaggi tenuti da parte e spalmateli sui filetti di salmerino; arrotolateli e fissateli con stecchini. Scaldate poco olio e burro in una padella e cuocete le girelle di pesce per 4-5 minuti; salate e pepate. Condite il farro tiepido con poco olio, distribuitelo nei piatti con le girelle di salmerino e servite.

LE DOSI SONO PER 4 PERSONE

ALTRO SUI SALMONIDI

LA TROTA SALMONATA. Non è una specifica varietà di trota. Le sue carni rosa, simili a quelle del salmone, derivano da una alimentazione a base di carotenoidi nei bacini d'allevamento. Le trote vengono infatti nutrite con mangimi preparati con farine di gamberi. Solo in rari casi il processo avviene in natura.

IL TEMOLO. È un pesce dal corpo affusolato, con una piccola bocca munita di denti minuti. La caratteristica morfologica principale della specie è una pinna dorsale molto sviluppata, in particolare nei maschi. Molto sensibile all'inquinamento, vive sono in torrenti dalle acque incontaminate. Le sue carni sono ineguagliabili: delicatissime, emanano un tenue profumo di melone.

NEL PROSSIMO NUMERO: PERSICO E STORIONE



In queste pagine: ceramiche Elisa Castelletta, posate Mepra, pentole TVS, coltelli Fiskars. Indirizzi a pagina 6

Ponza



BELLA DA TOGLIERE IL FIATO, È UN'ISOLA DI TUFO, MARE SMERALDO E MAGNIFICI TRAMONTI CHE RISCOPRE PROPRIO A TAVOLA IL SUO VOLTO GENUINO

a cura di Daniela Falsitta, testo di Ernesto Fagiani, foto di Emanuela De Santis.
Si ringrazia per le ricette il ristorante A casa di Assunta; foto dei piatti Francesca Moscheni, in studio Livia Sala

Il mare cristallino, la natura mediterranea, i paesi abbracciati dai porticcioli, la cucina di tradizione schietta: ecco il segreto delle Pontine, un pugno di isole al largo della costa laziale. La maggiore dell'arcipelago, Ponza, è diventata l'isola modaiola dei velisti, degli appassionati di immersioni, dei fanatici dell'outfit isolano (un mix di brio e semplicità), dei nottambuli con in mano l'immancabile calice di Vecchia Ponza, ovvero rum Brugal Branco, zenzero, finocchietto selvatico e limone da sorseggiare sulla terrazza del romantico cocktail-bar Au bord de l'eau. Eppure, se si vuole entrare nel passato dell'isola, è ancora possibile, soprattutto usando la chiave della sua gastronomia.

> segue a pag. 63

PASTA CON I CALAMARI "'MBUTTUNATI"

PER 4 PERSONE
320 g di spaghetti grossi - 4 calamari già puliti - 4 uova - 40 g di parmigiano reggiano grattugiato - 10 g di uvetta - 10 g di pinoli - 1,5 kg di pomodori San Marzano - olio extravergine d'oliva - olio di semi di arachidi - un mazzetto di prezzemolo - 1 spicchio d'aglio - basilico - 1 peperoncino - sale - pepe

● **1** Lavate i pomodori, incideteli a croce e sbollentateli per 3 minuti, quindi scolateli, spellateli e privateli della maggior parte dei semi. Tostate i pinoli pochi minuti in un padellino antiaderente senza condimento muovendoli spesso. Tagliate i tentacoli dei calamari a piccoli pezzi e fateli rosolare per un minuto in una padella con poco olio di semi.
● **2** Sgusciate le uova in una ciotola e sbattetele con la forchetta, unite i tentacoli, l'uvetta solo sciacquata, il parmigiano, i pinoli e tanto prezzemolo spezzettato con le mani. Salate e pepate. Aggiungete poco olio extravergine nella padella utilizzata per i tentacoli. Quando è caldo, versate il mix di uova e cuocetelo strapazzato lasciandolo abbastanza liquido. Togliete la padella dal fuoco e fate intiepidire.
● **3** In un altro tegame soffriggete l'aglio con qualche cucchiaio di extravergine a fuoco dolcissimo in modo che non scurisca. Togliete l'aglio e unite le sacche dei calamari; fate rosolare, aggiungete i pomodori a pezzi, il peperoncino e lasciate cuocere a tegame scoperto e fiamma bassa per 25 minuti mescolando di tanto in tanto. Togliete i calamari, farciteli con il mix di uova per 2/3, chiudeteli con uno stecchino e rimetteteli in padella lasciando cuocere per altri 5 minuti. Trasferite i calamari "mbuttunati" in un piatto e, quando sono tiepidi, togliete gli stecchini e riduceteli a fette.
● **4** Lessate gli spaghetti molto al dente e, senza scolarli del tutto, ripassateli nel tegame con i pomodori. Spegnete, unite un filo di extravergine, una macinata di pepe, foglie di basilico, i calamari e servite.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti**
● **Cottura 50 minuti** ● **660 cal/porz.**



Nella pagina accanto, il mare di Ponza visto da una terrazza in località Le Forna. Qui a lato, uno scorcio del porto e, sotto, le granite della gelateria Maga Circe che prepara anche ottimi cocktail.





TACCUINO DI VIAGGIO

A CASA DI ASSUNTA
via Panoramica, tel. 0771 820086
Assunta Scarpati, ponzese doc e autrice delle ricette proposte nel servizio, mette in tavola un menu di tradizione: zuppa di lenticchie, spaghetti con calamari ripieni, coniglio alla ponzese e una squisita crostata di crisommole.

ACQUA PAZZA
p.zza Pisacane 10, tel. 0771 80 643
Una stella Michelin premia da anni il ristorante gourmet di Ponza: verdure isolane, pasta artigianale e pesce solo selvaggio.

LA MARINA
loc. Cala Feola, tel. 0771 808614
In una caletta raggiungibile a piedi, si gustano la murena, il pesce bandiera e i totani nelle ricette tradizionali o le pale dei fichi d'India con olive e capperi.

AU BORD DE L'EAU
via Banchina Mamozio 5
Cocktail-bar con terrazza, ideale per un aperitivo con tapas.

VENTOINPOPPA
p.zza Pisacane 86
Cooperativa dove acquistare i prodotti artigianali del territorio ponzese: capperi, lenticchie, dolci, biscotti, sottoli, vini.

MAGA CIRCE
p.zza Pisacane 11
I migliori gelati dell'isola.

GILDO
c.so Pisacane 13
Bar pasticceria di tradizione napoletana.

AZIENDA AGRICOLA MARISA TAFFURI
salita Giancos, tel. 349.7781927
Spicca per il Don Ferdinando, brut uvaggio di Chardonnay, Malvasia, Garganega e Biancolella.

ANTICHE CANTINE MIGLIACCIO
via Pizzicato 9, tel. 339 2822252
Produce il premiato Fieno di Ponza, da Biancolella e Forastera.

PAOLO DE FEO
via Porto Romano 3, Ventotene
L'escursione a Ventotene permette di incontrare uno degli ultimi coltivatori e produttori delle rinomate lenticchie locali.

ZUPPA DI LENTICCHIE ALLA PONZESE

PER 4 PERSONE
200 g di lenticchie ponzesi - 1 grossa patata - 8 pomodorini - 1 spicchio di aglio - un mazzetto di basilico - un mazzetto di prezzemolo - 1 peperoncino - olio extravergine d'oliva - sale grosso

● **1** Lavate accuratamente le lenticchie e, senza ammollarle, mettetele in una pentola dai bordi alti con 1,5 litri di acqua fredda. Portate a ebollizione, quindi abbassate la fiamma e fate bollire per 20 minuti circa dolcemente in modo che le bucce non si separino.
● **2** Nel frattempo sbucciate e tagliate a cubetti la patata, riducete i pomodorini a pezzetti eliminando i semi, sfogliate i gambi del prezzemolo e del basilico (tenete da parte le foglie) e spezzettateli, tritate l'aglio e il peperoncino: unite questi ingredienti alle lenticchie con una presa di sale e fateli cuocere insieme per altri 20-30 minuti, assaggiando per verificare la cottura.
● **3** Spegnete, aggiungete un filo di olio extravergine e le foglie del basilico e del prezzemolo conservate, in parte intere e in parte spezzettate.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti ● Cottura 50 minuti ● 310 cal/porzione**







> *segue da pag. 60*

L'alta qualità della ristorazione ponzese di oggi affonda le sue radici nella storia e nei profumi di un territorio sospeso tra scoglio e orto, abitudini marinare e contadine, tradizioni laziali e campane. Le ricette più antiche si basano sulla carne di coniglio, sui pesci fuor di mercato come gli zerri (o "retunni", di cui i ponzesi sono ghiottissimi), sulla trippa di mare (lo stomaco, le guance e le cartilagini di tonni, razze, "pezzogne" e merluzzi) e su ingredienti poverissimi come le pale dei fichi d'India preparate in parmigiana, le erbe spontanee raccolte per la "menesta 'i foglie", il tarassaco di Palmarola da ripassare in padella, le foglioline carnose della "purchiacca" selvatica da utilizzare nelle frittate o le "veccie", sorta di piselli neri e duri che vengono trasformati in una zuppa insieme a finocchietto selvatico, peperoncino e una spolverizzata di pecorino.

Casette pastello costruite lungo una linea curva caratterizzano il centro di Ponza Porto; il paese fu edificato a fine '700 per volontà del re Ferdinando IV di Borbone che avviò la colonizzazione dell'isola facendovi trasferire 52 famiglie da Ischia.

Una poetica asprezza

La salita al Monte Guardia svela la geografia arcigna dell'isola racchiusa tra Punta del Fieno, la scogliera di Capo Bianco, la grotta di Circe, i faraglioni e il faro della Guardia. L'interno si disegna tra fazzoletti di campo strappati alla macchia mediterranea e minuscoli vigneti di Biancolella, Forastera, Guarnaccia e Piedirosso. Le vigne di Frontone, dei Faraglioni e del Fieno, introdotte in epoca borbonica grazie alle fatiche dei coloni campani provenienti da Ischia, Procida e Torre del Greco, crescono in simbiosi con la roccia, accarezzate dal vento di mare che regala ai vini il profumo della salsedine. A sostenerle sono muretti costruiti con pietre di mare o con il tufo estratto dagli scavi delle cisterne di raccolta dell'acqua piovana, un'attività durissima che ha impegnato i ponzesi per millenni. Non a caso tra i vari siti d'età romana - le Grotte di Pilato, la necropoli accanto all'arenile di Bagno Vecchio - il più suggestivo è proprio la cisterna di via Dragonara.

> *segue a pag. 65*



Qui accanto, la trattoria La Marina di Cala Feola. Sotto, corso Pisacane, la via principale di Ponza e, a sinistra, la bottega Cala Corallo che vende bijoux e sandali artigianali.




Finocchiona IGP

Qui sotto, la grande cisterna romana della Dragonara e, a lato, i vigneti coltivati sul Monte Guardia dove maturano pregiate uve profumate di salsedine.







CONIGLIO ALLA FORNESE

PER 4 PERSONE
1 coniglio da allevamento biologico da 800 g/1 kg tagliato a pezzi - 10 pomodorini - 50 g di concentrato di pomodoro - 4 spicchi d'aglio - 500 ml di aceto di vino bianco - 3 foglie di alloro - 1 rametto di rosmarino - un mazzetto di prezzemolo e di basilico - 1 peperoncino - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** La sera precedente preparate una salamoia sciogliendo 7 g di sale in 1,5 litri d'acqua e mettetevi a marinare il coniglio. Il giorno dopo asciugatelo e fatelo rosolare dolcemente con poco olio su tutti i lati per circa 15 minuti fino a che si forma una crosticina dorata.
● **2** In un ampio tegame fate scaldare altro olio con gli spicchi d'aglio sbucciati e fateli stufare finché saranno appassiti e dorati. Aggiungete i pezzi di coniglio e continuate a cuocere per 10 minuti, quindi togliete il tegame dal fuoco, versate l'aceto bianco, riaccendete il fornello e fate evaporare l'aceto a fiamma vivace girando la carne spesso.
● **3** Aggiungete l'alloro, il rosmarino, i gambi sfogliati del prezzemolo e del basilico, i pomodorini privati dei semi a pezzetti e il peperoncino. Regolate di sale, pepate e mescolate velocemente tutti gli ingredienti per un paio di minuti, infine aggiungete il concentrato di pomodoro diluito in un bicchiere di acqua calda. Abbassate la fiamma e lasciate sobbollire per circa 35/40 minuti aggiungendo poca acqua calda quando è necessario. A fine cottura, unite le foglie di basilico e prezzemolo.

FACILE
● **Preparazione 10 minuti + il riposo**
● **Cott. 1 ora e 30 minuti ● 400 cal/porz.**

> segue da pag. 63

L'enorme serbatoio è disegnato da più corridoi a volta che incrociano sei navate perpendicolari: un'architettura che consentiva di stivare l'acqua senza bisogno di quei pilastri di sostegno che avrebbero sottratto volume al bacino di raccolta.

Dai tuffi migliori ai piatti più prelibati

Chiaia di Luna, la baia ad anfiteatro simbolo dell'isola, è da tempo inagibile per pericolo di crolli, ma serve soltanto un po' di voglia di scarpinare tra cespugli di mirto e piante di cappero per raggiungere la spiaggia di Frontone, immergersi nelle piscine naturali scavate sotto l'abitato delle Forna o tuffarsi nelle acque smeraldine di Cala Gaetano. Quando gli ultimi lampi di tramonto dipingono di rosa le mura di Foria e i vicoli che portano a Santa Maria, si affollano i tavoli delle trattorie che tuttora propongono i caratteristici piatti ponzesi: per ciò che riguarda il mare gli spaghetti con il granchio fellone (la granseola del Tirreno), l'ammullucata di alici (torta di pesce e mollica) e i calamari ripieni.

> segue a pag. 66









In alto, la spiaggia di Chiaia di Luna, splendida ma visitabile solo dal mare a causa dell'instabilità della sua falesia. A sinistra, le Grotte di Pilato e il Faro della Guardia, collegato alla terraferma da un lungo sentiero scavato nella roccia.

> segue da pag. 65

E per quanto attiene alla terra, le melanzane alla fornese, la "cianfotta" di verdure, il coniglio alla fornese, sfumato con l'aceto bianco e insaporito da aglio, pomodorini ed erbe aromatiche. A caratterizzare oggi la cucina di Ponza anche piatti nati sulle altre isole dell'arcipelago, cioè a Ventotene o a Palmarola: ingredienti base i legumi come le lenticchie, le cicerchie dal sapore delicato, simile a quello dei ceci, e le fave da ripassare in padella col pomodoro in un piatto chiamato "u cuniglie senza 'rrecchie". Dulcis in fundo, la tradizione dei dolci - anch'essi semplicissimi, strettamente legati alle feste religiose, con un gusto che spesso, sorprendentemente, mescola dolce e salato. Sopravvivono ormai soltanto nelle case e grazie ai ricettari delle nonne, preparazioni originali come la pizza di spaghetti con ricotta, uova e zucchero, la polenta di grano con il succo dei fichi d'India, le zeppole con i fiori di zucchine, il sanguinaccio di maiale con vin cotto, scorza d'arancia e cannella. Per i meno coraggiosi non manca la crostata di crisommole, le piccole, profumatissime albicocche che maturano al sole dell'isola. Del maiale, si sa, non si butta via niente, ma anche le albicocche hanno la stessa sorte: con i semi estratti dai noccioli seccati al sole e caramellati in padella c'è ancora chi, fedele alla tradizione isolana, prepara l'autentico torrone alla ponzese.


Vota
gli Hummus
di legumi bio
al premio
sana novità
Le novità
a base di legumi
che ti faranno
innamorare!
HUMMUS BIO
LENTICCHIE ROSSE
17% LENTICCHIE ROSSE
HUMMUS BIO
PISELLI VERDI
33% PISELLI VERDI
RAVIOLI
DI CECI BIANCHI
PESTO
CECI BIO
I ♥ LEGUMI
Ti aspettiamo al Sana
6-9 Settembre 2019
Bologna Fiere
Pad. 29, Stand C15-B16
www.fiordiloto.it
Dal 1972
fior di loto
Sempre con te
Seguici su

Grana Padano DOP

UN'ECCELLENZA MADE IN ITALY NATA OTTO SECOLI FA NELLA PIANURA MILANESE. PERFETTO SUI PIATTI DI TRADIZIONE E NEGLI ACCOSTAMENTI ALL'INSEGNA DELLA NOVITÀ

a cura di Alessandro Gnocchi, ricette di Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro, styling di Alkèmia





Ciotola Petra Sarda.
Indirizzi apagina 6

Cupcakes di noci e zucchine con mousse al Grana Padano DOP

pag. 72

Otto secoli fa, quando venne prodotto quasi per caso nella pianura milanese dai monaci cistercensi di Chiaravalle, si chiamava *caseus vetus*, cacio invecchiato. Fu la parlata del volgo a farsi ispirare dalla particolarità della pasta, compatta ma granulosa: e "Grana" fu. Dal 1996, quando è stato tra i primi prodotti ad avere tale riconoscimento dall'Unione Europea, si chiama Grana Padano DOP e oggi viene prodotto in 32 province di Emilia-Romagna, Lombardia, Piemonte, Trentino-Alto Adige e Veneto. Diverse sono le stagionature, ognuna capace di dare una sfumatura particolare e inattesa a piatti molto diversi e a ogni tipo di menu. Il più "giovane" è il Grana Padano DOP stagionato da 9 a 16 mesi, tipico formaggio da pasto, caratterizzato da un gusto dolce e delicato che richiama il latte, con una pasta compatta di colore paglierino chiaro. Dà uno sprint speciale all'aperitivo, a qualsiasi insalata ed è il perfetto completamento di un carpaccio di carne accompagnato da sottilissime fette di porcino. A caldo, si presta alla realizzazione di salse e creme. Ama i vini bianchi giovani e dai sentori floreali e fruttati.

> segue a pag. 71


LO STUZZICADENTI
CHE STUZZICA
L'ALLEGRIA.
GLI UNICI STERILIZZATI IN ITALIA*
nature
* prodotti sanificati in Italia con un processo
di sterilizzazione senza l'uso di prodotti chimici.
SAMURAI®
IL BELLO DI STARE INSIEME.
Porta in tavola l'allegria con gli stuzzicadenti
e gli spiedi Samurai.
Per aperitivi, feste e per le ricette di tutti i giorni:
rendi speciale ogni momento insieme alle persone che ami.
Samurai, da oltre 55 anni, stuzzica la tua voglia
di divertimento, anche in cucina.
www.samurai.eu
SAMURAI
75 SPIEDI DELUXE
SAMURAI
50 SPIEDI GOURMET
SAMURAI
extra fine quality
L'ORIGINALE
VERSATILITÀ
sterilizzati
200
pezzi


Piatto Serax.
Nell'altra pagina, piatto e ciotolina Caterina Von Weiss.
Indirizzi a pagina 6

Crème caramel di zucca dolce e salato al Grana Padano DOP
pag. 72

> segue da pag. 69

Per impreziosire preparazioni calde quali flan, soufflé e tortini di verdure, bisogna affidarsi al Grana Padano DOP stagionato oltre 16 mesi, ideale anche per la mantecatura di paste e risotti. Questa tipologia presenta un colore paglierino leggermente più intenso e la tipica struttura granulosa della pasta. Inizia anche a mostrare la formazione dei "cristalli di tirosina" e la frattura a scaglia. Ha un gusto pronunciato, ma mai piccante, ed è versatile, adatto alla grattugia e a un consumo da pasto. Si accosta a vini rossi di moderata corposità.

Dopo una stagionatura di almeno 20 mesi, il formaggio prende il nome di Grana Padano DOP Riserva e ha una pasta a "grana" molto evidente, di colore paglierino intenso. Come tutti i formaggi molto stagionati è perfetto per la grattugia, ma sarebbe un peccato non gustarlo a scaglie: il sapore ricco e pieno senza risultare aggressivo e la consistenza decisa consigliano accostamenti semplici ed essenziali, per esempio con noci, frutta e mostarde. Da servire con i vini rossi di buona struttura e da provare con i passiti da dessert.



Salmone con citronnette al lime e Grana Padano DOP

CUPCAKES DI NOCI E ZUCCHINE CON MOUSSE AL GRANA PADANO DOP

PER 4 PERSONE
100 g di Grana Padano DOP Riserva - 150 g di farina 00 + quella per gli stampi - 140 g di zucchine - 1 dl di latte - 50 g di gherigli di noci rosse - 8 g di lievito per torte salate - 2 uova - 20 g di burro - olio extravergine d'oliva - noce moscata - sale - pepe
per la mousse: 1 dl di panna fresca - 100 g di Grana Padano DOP 10/11 mesi - 5 g di gelatina in fogli

● **1** Sgusciate le uova in una ciotola, unite un pizzico di sale, pepe e noce moscata, il latte, 1/2 dl d'olio e amalgamate. Lavate le zucchine, grattugiatele e unitele al composto.
● **2** Tritate finemente le noci nel mixer con un cucchiaio di farina; unitele alla farina rimasta setacciata con il lievito, al Grana Padano DOP Riserva e aggiungetele al composto di uova mescolando. Suddividete la miscela in 12 stampi da muffin imburrati e infarinati e cuoceteli in forno a 180° per 25 minuti. Sfornateli, levateli dagli stampi e raffreddateli su una gratella.
● **3** Preparate la mousse. Mettete a mollo la gelatina in acqua fredda per 15 minuti. Scaldate la panna fino al limite dell'ebollizione, unite la gelatina scolata e strizzata e 80 g di Grana Padano DOP grattugiato e mescolate bene. Fate raffreddare la mousse e mettetela in frigo fino a quando inizia a legare. Spalmatela sui muffin, completate con il Grana Padano DOP rimasto ridotto in scagliette e servite.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti**
● **Cottura 30 minuti** ● **300 cal/porz**

SALMONE CON CITRONNETTE AL LIME E GRANA PADANO DOP

PER 4 PERSONE
600 g di filetto di salmone in 4 tranci - 5 dl di vino bianco - 1 cipolla - 1 foglia di alloro - 1 costa di sedano - 300 g di patate viola - sale - 5 bacche di pepe
per la citronnette: 1 lime non trattato - 10 g di erba cipollina - 40 g di Grana Padano DOP 16 mesi grattugiato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Versate il vino in una casseruola, unite 5 dl di acqua, la cipolla sbucciata e tagliata a metà, il sedano, l'alloro, il pepe e portate a ebollizione. Unite una presa di sale, coprite, cuocete il brodo per 10 minuti, poi lasciatelo intiepidire.
● **2** Unite il salmone e cuocetelo per 5 minuti su fiamma bassa senza mai far bollire il liquido. Spegnete, lasciatelo riposare per 10 minuti, scolatelo e tenetelo in caldo. Intanto, cuocete le patate al vapore per 25 minuti.
● **3** Preparate la citronnette. Lavate il lime, grattugiate la scorza, spremete il succo, trasferiteli in una ciotola ed emulsionate con una presa di sale, 5 cucchiai d'olio e il Grana Padano DOP grattugiato; unite l'erba cipollina tagliuzzata e mescolate. Servite il salmone tiepido con la citronnette e le patate pelate e schiacciate.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti + riposo**
● **Cottura 45 minuti** ● **430 cal/porz**

CRÈME CARAMEL DI ZUCCA DOLCE E SALATO AL GRANA PADANO DOP

PER 4 PERSONE
250 g di polpa di zucca pulita - 1,5 dl di panna fresca - 70 g di Grana Padano DOP Riserva - 40 g di zucchero - 2 tuorli - 1 uovo - 20 g di amido di mais - 10 foglie di salvia - sale - pepe

● **1** In una casseruola, scaldate la panna con la salvia. Prima del bollore, togliete dal fuoco, coprite e fate raffreddare. Tagliate la zucca a tocchetti e cuoceteli a vapore per 10 minuti, poi fateli raffreddare e riduceteli in purea. In una ciotola, sbattete i tuorli e l'uovo con sale e pepe fino a quando diventano spumosi; poi unite 50 g di Grana Padano DOP grattugiato, la purea di zucca, l'amido di mais, la panna infusa filtrata e mescolate bene.
● **2** Versate lo zucchero in un pentolino, unite 1 cucchiaio di acqua e cuocetelo fino alla formazione di un caramello ambrato. Versatelo sul fondo di uno stampo da plumcake di 18x7 cm e lasciatelo raffreddare. Versatevi sopra il composto di zucca e ponete lo stampo in un bagnomaria di acqua calda.
● **3** Trasferite la preparazione in forno a 150° per 1 ora, poi lasciatela raffreddare e ponetela in frigo per 6 ore. In una padella fate sciogliere a fuoco dolce il Grana Padano DOP Riserva rimasto, poi stendetelo e fatelo raffreddare fino a ottenere una cialda croccante. Levate il crème caramel dallo stampo rovesciandolo sul piatto e servitelo con la cialda di formaggio spezzettata.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti + riposo**
● **Cott. 1 ora e 20 minuti** ● **220 cal/porz**



fumaiolo.com
Smarti
Il Gusto dell'Estate Romagnola
Piadina 10 Cereali
FUMAIOLO
FUMAIOLO®
DA NOI IN ROMAGNA
D'ESTATE SI MANGIA LA PIADINA
Scopri e condividi il gusto della **piadina Fumaiolo**, leggera, genuina e buona come fatta in casa. Con **farina bio ai 10 cereali**, semi di sesamo e di lino. Nel pratico formato **a spicchi**.
fresche bontà
NO conservanti Sì gusto
Cercale nel banco frigo

BUONE LETTURE

SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

di Francesca Tagliabue

IL LIBRO DEL MESE

Solo due capitoli, uno dedicato al salato e uno al dolce, per questo testo splendidamente illustrato dove la nota autrice australiana condivide le ricette di base, vere e sperimentate, dei grandi classici, dei piatti moderni e di quelli che ama e cucina con frequenza. Ognuna è accompagnata da varianti furbe e suggerimenti facili per modificarne il gusto così che, imparando una ricetta, di fatto se ne acquisiscono diverse. In una moltiplicazione golosa a vantaggio del lettore. Ci sono un glossario, gli strumenti e i consigli basic della cucina per padroneggiarne i fondamenti.

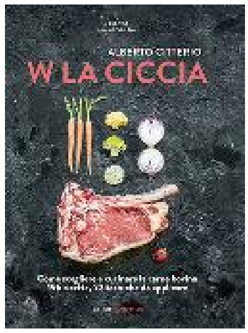
LE BASI DELL'ECCELLENZA IN CUCINA

di Donna Hay, Guido Tommasi Ed., 35 €



"Bisogna camminare, prima di saper correre. Vi svelo i capisaldi dei miei classici: avrete il pollo arrosto più dorato, la pancetta più croccante, la torta paradiso più deliziosa..."

L'autrice dall'introduzione al volume



VIVA LA CICCIA

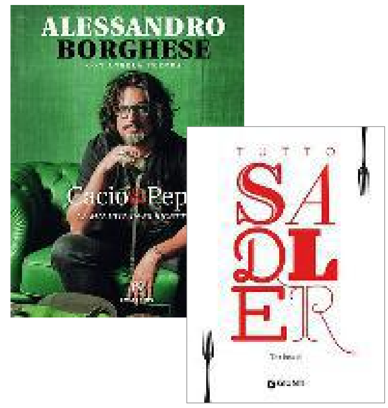
Italian Gourmet Edizioni, a 72 €

La vera tendenza, oggi, non è eliminare dalla dieta la carne ma il mangiarne meno ma di qualità. Il volume insegna ad acquistarla e lavorarla "bene" per cuocerla... meglio. Ogni taglio di carne - e ce ne sono ben 70 tra vitello, manzo e altre tipologie - ha tecniche di cottura che lo esaltano o lo penalizzano. Quasi 200 ricette, 22 tecniche, idee, consigli e approfondimenti sui tagli definiti meno nobili. Con un occhio attento al food cost.

PIATTI D'AUTORE

"Cacio & pepe", Solferino Edizioni, a 20 €
"Tutto Sadler", Giunti Edizioni, a 19,90 €

Tutta la verve dello cuoco televisivo Alessandro Borghese è raccolta nel primo libro: lo chef si racconta, rivive la sua storia tra momenti privati e figure importanti, il papà, le esperienze in crociera e i viaggi in giro per il mondo. Un percorso che è una storia d'amore per la cucina, in 50 ricette uniche, quelle di famiglia. L'altro volume raccoglie il lavoro culinario di una vita intera, dai piatti tradizionali a quelli contemporanei firmati da Sadler, il grande chef milanese, che con il suo linguaggio diretto e limpido facilita la spiegazione di ogni passaggio.



STORIE DI VITA & FORNELLI

"Qualcuno da amare e qualcosa da mangiare", De Agostini Ed., a 15,90 € e "A tavola con gli amici", Cinquesensi Ed., a 20 €

Il primo libro parla delle le cose che ci nutrono nella vita: un incontro fortuito, un'amicizia improbabile, la cucina di uno sconosciuto, due parole al bar... ai fornelli ci si mette per sopravvivenza o per amore. L'autobiografia gastronomica di Leda Vigliardi Paravia, è il racconto, ricetta dopo ricetta, di come vita e cucina si sono intrecciate. Autrice e formatrice di successo, Leda dipana la sua storia in 400 ricette che raccontano una sola passione, la cucina italiana.

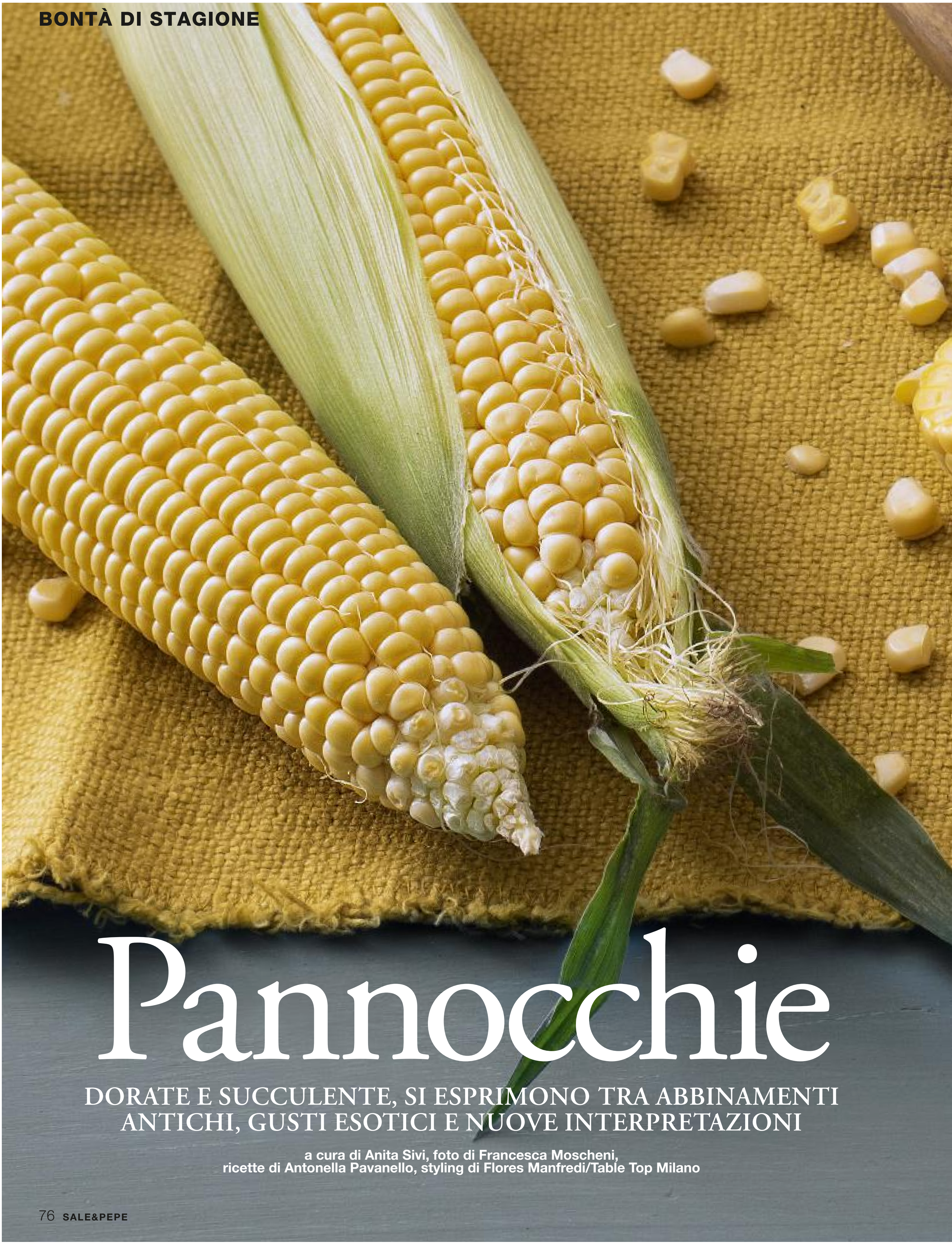


LA CARBONARA PERFETTA

di Cinquesensi Editore, a 20 €

Storia di un piatto di culto con aneddoti e 33 interpretazioni di grandi chef: la giornalista e foodwriter Eleonora Cozzella racconta la pasta romana per eccellenza, magistralmente declinata dai grandi dei fornelli che ne scandisono il variare di ingredienti e procedure. Seguendone le peripezie storiche, si può affermare che la carbonara "originale" non esiste, ma è chiaro che quella perfetta sì, e ognuno ha la sua. Le origini, le curiosità, le ricette di un condimento rustico e cremoso che ancora oggi è tra i grandi preferiti.





Pannocchie

DORATE E SUCCULENTE, SI ESPRIMONO TRA ABBINAMENTI ANTICHI, GUSTI ESOTICI E NUOVE INTERPRETAZIONI

a cura di Anita Sivi, foto di Francesca Moscheni,
ricette di Antonella Pavanello, styling di Flores Manfredi/Table Top Milano



Mais croccante al bacon,

pag. 84

Americana Coincasa; tovagliolo Society Limonta; piatto ovale, ciotolina e cucchiaino Livellara; piattini Villa d'Este Home Tivoli; forchettine e sottopentola vintage.
Indirizzi a pagina 6



CARTOCCIO DI PANNOCCHIE, GAMBERI E PATATINE ROSSE

PER 4 PERSONE
2 pannocchie fresche - 20 code di gamberi o mazzancolle sgusciate - 10 patatine novelle rosse - 10 pomodorini ciliegini - 100 g di burro - 2 spicchi d'aglio - 2 cucchiai di succo di limone - un mazzetto di timo - sale - pepe

● **1** Pulite le pannocchie dalle brattee (foglie) esterne, tagliatele a rondelle di 2 cm e tuffatele in acqua bollente salata 2 minuti. Lavate le patate, tagliatele a metà e cuocetele a vapore 8-10 minuti. Lavate i pomodorini e tagliateli a metà. Mettete l'aglio sbucciato e tagliato a fettine in un pentolino con il burro; appena inizia a dorare, fate raffreddare e unite il succo di limone.
● **2** Preparate 4 fogli di carta da forno di 30x40 cm; distribuitevi gamberi (o mazzancolle), patate, pannocchie e pomodori. Condite con il burro all'aglio, il timo, sale e pepe. Chiudete i cartocci e infornateli 12 minuti. Serviteli subito.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 20 minuti ● 500 cal/porzione



Frittelle di mais e cipollotti con salsa di panna acida

pag. 84

Piatto, ciotolina e cucchiaino, Villa d'Este Home Tivoli, padella Le Creuset. Nell'altra pagina: tovaglietta Society Limonta, tovagliolo, ciotola e bicchiere Coincasa, piatto Villa d'Este Home Tivoli; forchetta Mepra. Indirizzi a pagina 6



Insalata di quinoa, granoturco e avocado,

pag. 84

Runner e posate Coincasa, insalatiera Villa d'Este Home Tivoli, coppette, Livellara. Indirizzi a pagina 6

Pannocchie grigliate...



Le pannocchie grigliate sono ottime caldissime accompagnate da fiocchi di burro (anche salato) o sfiziose salsine come quelle qui accanto. Per grigliarle aprite le brattee (le foglie esterne) tirandole indietro dalla punta verso la base e attorcigliatele come fosse la carta di una caramella, formando una sorta di "manico". Scaldate molto bene una bistecchiera di ghisa; abbassate la fiamma e fatevi abbrustolire le pannocchie, girandole più volte così da dorarle in modo uniforme: quelle tenere cuoceranno in 8 minuti, quelle più sode vorranno 5 minuti in più. Potete cuocerle anche sul barbecue con le stesse modalità. Tenete le pannocchie nel forno caldo a 150° coperte con alluminio fino al momento di portarle in tavola. Servitene 2 a testa come portata centrale, 1 per ciascun commensale come contorno o, tagliate a rondelle, come antipasto (le dosi delle salse che proponiamo sono per 8 pannocchie).

STOCKFOOD / THE PICTURE PANTRY

...salsine gourmand



CREMA DI ANACARDI PICCANTE
Mettete 100 g di anacardi a bagno in acqua bollente per 1 ora finché saranno teneri. Scolateli e frullateli con 100 ml di acqua fredda, 1/2 spicchio d'aglio, 2 cucchiai di olio extravergine d'oliva, 1 cucchiaino di harissa, 1 cucchiaio di succo di lime, sale e pepe per ottenere una consistenza liscia e cremosa.



PESTO DI BASILICO E RUCOLA
Private 1 mazzetto di rucola selvatica dell'estremità delle foglie, lavatela ed asciugatela bene. Trasferitela in un mixer con le foglie di 1 piccolo mazzetto di basilico, lavate e asciugate, 30 g di Grana Padano Dop grattugiato, 1 cucchiaio di pinoli e 100 ml di olio extravergine d'oliva, condite con un pizzico di sale e azionate il mixer fino a ottenere una salsa fluida. Conservatela al fresco e accompagnatela alle pannocchie con scaglie di Grana Padano Dop e pepe di macina.



BURRO AL LIMONE, PEPE E TIMO
Mescolate 100 g di burro salato, ammorbidito, con la scorza di 1 limone non trattato, le foglioline di 1 rametto di timo e abbondante pepe (se non usate il burro salato, aggiungete anche un cucchiaino di sale).



SALSA DI YOGURT E AVOCADO ALL'ANETO
Schiacciate la polpa di 1 avocado maturo con una forchetta, mescolatela con 150 g di yogurt greco, 2 cucchiai di succo di limone e un ciuffo di aneto tritato fine; condite con sale e abbondante pepe di macina.



MAIONESE AI PEPERONI E POMODORO
Abbrustolite in forno o sulla griglia 1 peperone rosso, spellatelo, privatelo dei semi e dei filamenti bianchi interni, dividetelo in falde e asciugatelo con carta da cucina. Frullatelo con 80 g di maionese, un pizzico di paprica, sale e pepe e trasferite in una ciotola. Tagliate a dadini 4 pomodorini ciliegini e mescolateli con la maionese.



ZUPPETTA DI MAIS CON POMODORO E POLLO

PER 4 PERSONE
300 g di petto di pollo - 100 ml di salsa di pomodoro - 2 grosse pannocchie - 2 carote - 2 coste di sedano - 1 cipolla - 2 zucchine - 2 cucchiai di prezzemolo tritato - 2 cucchiaini di paprica affumicata - olio extravergine d'oliva - 1 chiodo di garofano - 1 foglia di alloro - Grana Padano Dop - sale grosso e fino - pepe nero in grani

● **1** Mondate e mettete in una pentola 1 carota, 1 costa di sedano, 1/2 cipolla steccata con il chiodo di garofano, qualche grano di pepe, 1 cucchiaino di sale grosso, la foglia di alloro e il petto di pollo. Coprite a filo con acqua, portate a ebollizione e cuocete su fuoco basso 20 minuti. Nel frattempo sgranate le pannocchie, pulite e tagliate a rondelle sedano e carota rimaste, affettate la cipolla rimanente e riducete le zucchine a rondelle.
● **2** Togliete la pentola dal fuoco, filtrate il brodo (dovrete ottenere 1,2 litri circa) e sfilacciate il pollo, tiepido. Rimettete il brodo nella pentola con la salsa di pomodoro, unite sedano, carote e cipolla rimasti e riportate a bollore. Fate cuocere per 8-10 minuti poi unite le zucchine, il mais e il pollo. Condite con la paprica, regolate di sale e pepate. Cuocete la minestra per altri 8 minuti, toglietela dal fuoco e profumatela con il prezzemolo. Servitela tiepida accompagnata dal formaggio grattugiato e, se vi piace, un po' di yogurt greco.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 40 minuti ● 280 cal/porzione

Piattino Villa d'Este Home Tivoli; ciotole artigianali Cham Ceramica, cucchiaino Cargo; tovagliolo Society Limonta.
Indirizzi a pagina 6


To.Da. CAFFÈ
l'Espresso
GATTOPARDO
Caffè Italiano
CERCO L'ESTATE TUTTO L'ANNO,
IL CAFFÈ TO.DA. PERÒ È GIÀ QUA!
NEI MESI CALDI COME NEL RESTO DELL'ANNO, AFFIDATI ALLA QUALITÀ DELLE CIALDE E CAPSULE TO.DA. E GATTOPARDO, LE MIGLIORI SUL MERCATO COMPATIBILI CON I SISTEMI NESPRESSO*, A MODO MIO*, DOLCE GUSTO*, UNO SYSTEM*, POINT*, CAFFITALY*.
PROVA ANCHE LE NUOVE COMPATIBILI ESSSE*.
* I MARCHI NON SONO DI PROPRIETÀ DELLA TO.DA. CAFFÈ NÉ DI AZIENDE AD ESSA COLLEGATE.
To.Da. CAFFÈ
To.Da. Caffè Srl - C.da Canne Masche snc - 90018 Z.I. Termini Imerese (PA)
Tel. 091 903773 - 091 8140074 - www.todacaffe.it - info@todacaffe.it



MAIS CROCCANTE AL BACON

PER 4 PERSONE
4 pannocchie fresche - 200 g di pancetta affumicata un po' spesse - 2 cucchiai di miele fluido - 4 cucchiai di burro fuso - 5 cucchiai di aceto bianco - peperoncino in polvere (facoltativo) - sale - pepe

● **1** Scaldate sul fuoco una bistecchiera di ghisa. Pulite le pannocchie dalle brattee (foglie) esterne e quando la bistecchiera è rovente abbassate la fiamma e abbrustolite le pannocchie per circa 8 minuti o finché risulteranno ben dorate su tutti i lati. Intanto mescolate il miele con il burro fuso, l'aceto, una macinata di pepe e, se l'usate, un pizzico di peperoncino in polvere.
● **2** Togliete le pannocchie dalla bistecchiera con una pinza, lasciatele intiepidire e, appena riuscite a maneggiarle senza scottarvi, tagliatele a pezzi di 4-5 cm. Avvolgete ogni pezzo di pannocchia nella pancetta affumicata fissandola con la punta di uno stuzzicadenti.
● **3** Spennellate le pannocchie con la salsa al miele, regolate di sale, coprite la griglia con un foglio di alluminio e uno di carta da forno e rimettete le pannocchie sulla griglia per altri 4-5 minuti girandole spesso fino a quando la pancetta risulterà grigliata e croccante. Fuori dal fuoco spennellate nuovamente le pannocchie calde con la salsa.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 10 minuti** ● **460 cal/porzione**



FRITTELLE DI MAIS E CIPOLLOTTI CON SALSA DI PANNA ACIDA

PER 4 PERSONE
4 pannocchie fresche - 4 cipollotti sottili - 2 cucchiai di erba cipollina - 200 g di gruyère o di provolone grattugiato - 125 g di farina - 3 uova - olio per friggere - sale - pepe per la salsa: 200 g di panna acida - 1 lime non trattati - coriandolo

● **1** Mescolate la panna acida con il succo e la scorza del lime, unite qualche foglia di coriandolo tagliuzzata grossolanamente e conservatela al fresco. Sgranate le pannocchie e raccogliete i chicchi in una ciotola (dovrete ottenere circa 460-470 g di chicchi). Mondate i cipollotti e tagliateli a rondelle. Unitele ai chicchi di mais con l'erba cipollina, la farina, il formaggio, le uova, sale e pepe.
● **2** Mescolate bene in modo da ottenere un impasto omogeneo e sodo. Per verificare la consistenza dell'impasto formate una crocchetta. Controllate che mantenga la forma: se vi sembra troppo molle unite 1 o 2 cucchiai di farina.
● **3** Prelevate l'impasto con un dosatore da gelato, formate delle crocchette piatte di circa 4,5 cm di diametro e allineatele su un vassoio rivestito di carta da forno. Scaldate 1 dito di olio in una larga padella antiaderente. Quando è caldo friggetevi le frittelle per 2-3 minuti girandole delicatamente una sola volta finché saranno dorate su entrambi i lati. Sgocciolate le frittelle su carta da cucina e spolverizzatele con un pizzico di sale. Servitele calde accompagnate dalla salsa alla panna acida e spolverizzate con foglie di coriandolo.

MEDIA
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 10 minuti** ● **540 cal/porzione**



INSALATA DI QUINOA, GRANOTURCO E AVOCADO

PER 4 PERSONE
250 g di quinoa - 2 pannocchie - 4 peperoncini dolci o 1 piccolo peperone rosso - 1/2 mango - 1/2 avocado maturo - 200 g di pomodori misti di colori diversi - 4 fette di speck - 2 lime non trattati - peperoncino piccante fresco o secco - 1 ciuffo di menta - 150 g di feta - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lavate la quinoa, cuocetela seguendo le indicazioni riportate sulla confezione, scolatela, trasferitela in una ciotola e conditela con olio, sale e pepe. Pulite le pannocchie e abbrustolitele su una bistecchiera di ghisa molto calda 10-15 minuti girandole bene su tutti i lati. Quando sono cotte e riuscite a maneggiarle, sgranatele con un coltello e unitele alla quinoa.
● **2** Nel frattempo lavate i peperoncini e tagliateli a rondelle sottili, sbucciate il mango e l'avocado e tagliateli a fettine, lavate i pomodori e tagliateli a spicchi. Riunite gli ortaggi in una ciotola e conditeli con la scorza e il succo dei lime. Mescolateli delicatamente e uniteli alla quinoa.
● **3** Scaldate 2 cucchiai di olio in una padella antiaderente, spezzettate lo speck con le mani in pezzi più piccoli e rosolateli in padella; uniteli all'insalata. Regolate di sale, insaporite con pepe e peperoncino, guarnite con la menta fresca e servite con la feta a parte o, se preferite, sbriciolata sull'insalata.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 25 minuti** ● **560 cal/porzione**



LOstudio.it
Agribologna
la qualità in persona
QUESTO L'HO FATTO IO
Radicchi da taglio
Agribologna
QUESTO L'HO FATTO IO
Una ricetta per te
QUESTO L'HO FATTO IO
QUALITA' SELEZIONATA

I tajarin

ORIGINARI DELLE LANGHE, TERRA DI ECCELLENZE GASTRONOMICHE, SONO TRA I PIATTI PIÙ RAPPRESENTATIVI DELLA CUCINA PIEMONTESE

di Paola Mancuso, in cucina Claudia Compagni, foto di Michele Tabozzi, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

È un primo di pasta fresca che già dal nome parla piemontese. I tajarin, termine dialettale a volte italianizzato con “taglierini”, non temono il confronto con le “cugine” emiliane, le tagliatelle. Anzi, in questa terra generosa di eccellenti prodotti della gastronomia, dai tartufi ai vini, anche la pasta fresca è raffinata e opulenta. Fini quasi quanto i capelli d’angelo, i tajarin sono giallissimi, colore che tradisce la presenza abbondante di tuorli.

> segue a pag. 88




1


2


3


4

LA PREPARAZIONE

PER 4 PERSONE
250 g di farina + quella per la lavorazione - 9 tuorli - olio extravergine d'oliva
per il sugo: 200 g di fegatini di pollo puliti - 200 g di salsiccia - 300 g di passata di pomodoro - 2 cucchiai di concentrato - 30 g di porcini secchi - 1 piccola cipolla bianca - 1/2 costa di sedano - 1 piccola carota - 1/2 bicchiere di vino rosso - 2 foglie d'alloro - burro - sale

● **1** Disponete la farina a fontana su una spianatoia, unite i tuorli, 1 cucchiaio d'olio e iniziate a impastare per 15 minuti circa, fino a ottenere un panetto omogeneo, liscio e consistente. Copritelo con pellicola e lasciare riposare per circa 1 ora. ● **2** Stendete la pasta a 2 mm di spessore. Ritagliate tanti rettangoli di circa 12 x 18 cm e lasciateli asciugare per 10-15 minuti sulla spianatoia infarinata. ● **3** Mettete 2-3 fogli di pasta uno sull'altro, arrotolateli e tagliateli a striscioline sottilissime (2-3 mm) con un coltello molto affilato. ● **4** Srotolate subito i tagliolini ottenuti, passandoli tra le dita, e adagiateli sulla spianatoia infarinata. ● **5** Mettete in ammollo i funghi. Mondate la cipolla, la carota, il sedano, poi tritateli insieme e teneteli da parte. Fate fondere in una padella una noce di burro e rosolatevi i fegatini con l'alloro; levateli e tritateli grossolanamente. ● **6** Nella stessa padella, aggiungete un'altra noce di burro e fatevi soffriggere il trito di verdure preparato. ● **7** Unite la salsiccia spellata e sbriciolata, fatela rosolare a fuoco vivace, quindi unite i fegatini preparati e sfumate con il vino. ● **8** Quando sarà evaporato, aggiungete il concentrato di pomodoro, i funghi scolati e strizzati, salate, coprite e cuocete a fuoco basso per 1 ora circa. Lessate i tajarin in acqua bollente salata per 2-3 minuti, scolateli e conditeli con il ragù preparato.


5


6


7


8

> *segue da pag. 86*

Mentre per tagliatelle, lasagne e ravioli la proporzione generalmente è di un uovo intero per etto di farina, alcune ricette della specialità langarola vantano 20 tuorli e anche più per ogni chilo. Questa caratteristica trova riscontro nelle ricette di famosi cuochi dell'Ottocento. Una delle prime codificate (1846) è di Francesco Chapusot, cuoco dell'ambasciatore inglese presso la corte dei Savoia. Nella sua opera *La cucina sana, economica ed elegante* contempla solo tuorli, con una proporzione di 24 per ogni chilo di farina. Qualche anno più tardi (1864), Giovanni Vialardi, capocuoco della casa reale, nel suo *Cucina Borghese semplice ed economica*, ricettario tra i più autorevoli della gastronomia piemontese, suggeriva 8 tuorli più 5 uova intere. In tempi più vicini a noi, Maria Pagliasso, mitica cuoca del ristorante Boccondivino di Bra (una figura chiave del rinascimento gastronomico in Piemonte, soprattutto attraverso la sua collaborazione a Slow Food) adoperava ben 40 rossi d'uovo, commentando una volta: "quell'impasto è un macigno". Perché, naturalmente, meno è la parte liquida, più è difficile stenderlo.

Tartufo, funghi o ragù

Il rinomato tartufo bianco, vero gioiello delle Langhe, trova nei tajarin un'ottima base, proprio perché ricchi di uovo, l'ingrediente che ne esalta al meglio il profumo, soprattutto se in tandem con il burro buono. Quando non sono conditi con tartufi o funghi, per i taglierini viene preparato un ragù di carne. In passato, era l'antico "comodino", fatto con rigaglie di pollo, bagnate più volte con vino rosso, con l'aggiunta di funghi e salsiccia, non trascurando di unire per ultimi due cucchiai di passata di pomodoro.

BERE GIUSTO
La relazione tra tuorli e farina genera una pasta suadente da cuocere pochissimo, per esaltarne lo sciogliersi in bocca; dall'altra parte abbiamo un sugo originale e ricco di spunti odorosi e gustativi. Per questo, possiamo aprire a un rosso aristocratico e persistente come il Nebbiolo Langhe Coste di Ferdinando Principiano, una versione piena di un vigore donato con gradualità, così da vigilare sugli eccessi unti, ma senza brutalizzarne la composita morbidezza.



I SUGGERIMENTI DI SALE&PEPE

Vi segnaliamo alcuni ristoranti del territorio che propongono in menu anche questo piatto.

LA COCCINELLA
Via Provinciale 5, Serravalle Langhe (Cn)
tel. 0173 748220
Trattoria che offre piatti secondo le ricette classiche del territorio: dopo l'antipasto piemontese, la scelta dei primi prevede tajarin al ragù di coniglio, gnocchi ripieni di Castelmagno, agnolotti dal "plin" con sugo d'arrosto, fagottini al "seirass" (ricotta vaccina) e acciughe con pomodoro fresco.

ROMA
via Roma 14, Cuneo
Tel. 0171 791007
La specialità di questo locale nel centro storico è la finanziera, ma si possono gustare, secondo la stagione, anche bagna cauda con i cardi, tonno di galletto alle erbe, tagliata di fassone piemontese. I tajarin sono preparati con 30 tuorli per chilo di farina e conditi con ragù di salsiccia.

LE VITEL ETONNÉ
Via San Francesco da Paola 4, Torino
tel. 011 8124621
Osteria moderna nel centro della città dove si gustano tajarin fatti con 36 tuorli per chilo di farina, conditi con ingredienti tipici del territorio, secondo stagione: carciofi freschi e baccalà fritto, ragù di salsiccia di Bra, ragù di coniglio e nocciole, cime di rapa. Non mancano agnolotti dal "plin", vitello tonnato, caponet di coniglio e il classico bonet come dessert.



LA PAROLA ALL'ESPERTA
Gemma Boeri è considerata la regina dell'autentica cucina di Langa. La sua storia inizia più di 30 anni fa, quando prende in gestione il Circolo di Roddino, nel Cuneese, che presto diventa punto di riferimento della ristorazione del territorio. Nel 2005 apre in paese l'osteria Da Gemma (Via Marconi 6, tel. 0173 794252), dove ancora continua a impastare a mano i suoi mitici tajarin, elogiati anche da chef stellati.

Come prepara i suoi famosi tajarin?
Per l'impasto utilizzo 14 uova, compresi gli albumi, per ogni chilo di farina, senza aggiungere olio. Stendo la sfoglia sottile, circa 2 mm, sempre a mano e con il mattarello. Li preparo ogni mercoledì, giovedì e venerdì, con l'aiuto di mia nuora Fidàn.

Quanto devono cuocere?
Pochissimo: quando l'acqua nella pentola riprende il bollore, li mescolo un po' e li scolo subito.

Come li condisce?
In stagione con burro e tartufo, altrimenti con un ragù. Faccio rosolare la carne di vitello, macinata, in un trito di cipolla, aglio e rosmarino. Aggiungo un po' di passata di pomodoro, il giusto per colorire la carne, e lascio cuocere per 2 ore. Se disponibili, per ultimi aggiungo anche funghi porcini quando il ragù è quasi pronto.

Un viaggio nel sapore



www.graziadv.it

Fusilli della Sila con sugo di Salsiccia e 'Nduja

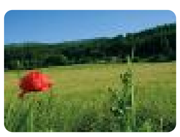
Ingredienti per 4 persone:
una piccola cipolla- fusilli Campo Silano
200 gr di salsiccia San Vincenzo
un cucchiaio di Nduja di Spilinga San Vincenzo- un kg di pomodori freschi o salsa
due cucchiai di Pecorino Crotonese
olio EVO- un bicchiere di vino rosso
4 foglie di basilico- sale q.b.

Procedimento: affettate la cipolla e fatela appassire in tre cucchiai di olio evo. Aggiungete la salsiccia sbriciolata, soffriggete e sfumate poi con il vino. Fate evaporare l'alcool e incorporate la 'Nduja, i pomodori a pezzetti e il basilico. Mettete a cuocere il tutto per 20 minuti. Lessate i fusilli, condite la pasta con la salsa e unite del pecorino Crotonese. Sedetevi a tavola e gustate il sapore unico di un piatto con gli ottimi salumi San Vincenzo



SanVincenzo
VERO SALUME DI CALABRIA

www.sanvincenzosalumi.it









Vi raccontiamo una storia: quella dei salumi tipici calabresi. In Sila, tra natura e aria purissima, produciamo specialita' che appartengono al nostro territorio. Scegliamo con cura carni di qualita', le prepariamo con un'attenta salagione e in seguito le aromatizziamo con i profumi della nostra regione. Puoi trovare i nostri sapori nei migliori negozi e supermercati e puoi gustare la nostra storia negli spot di Canale 5.



MOZZARELLE MARINATE
Mescolate in un'insalatiera 2 cucchiai di olive verdi piccanti snocciolate e sminuzzate, 8 frutti di cappero interi, 2 zucchine affettate sottili, 1 pomodoro insalataro tagliato a dadini, 10 foglie di basilico e 1 cucchiaio di aceto. Distribuitene metà in 4 barattoli, appoggiate sopra 1 mozzarella di bufala da 125 g ciascuna, copritele con l'insalata rimasta e aggiungete in ogni vaso 3 cucchiai di olio. Chiudete con il coperchio e lasciate riposare in frigorifero per 1 ora.

Pausa pranzo open air

PICCOLE DELIZIE DOLCI E SALATE DA GUSTARE ALL'APERTO PER PROLUNGARE IL SAPORE DELLA VACANZA, ANCHE DOPO IL RIENTRO IN CITTÀ

a cura di Silvia Tatozzi, foto di Mondadori Portfolio

FOCACCIA ALLA SICILIANA

PER 4 PERSONE
1 kg di cipolle rosse di Tropea - 200 g di pomodorini ciliegia - 300 g di tonno al naturale - 1 cucchiaio di semi di finocchio - origano essiccato - 2 rotoli di pasta fresca per pizza già stesa - farina per la spianatoia - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sbucciate e affettate le cipolle rosse, fatele stufare in una larga padella con 4 cucchiai di olio, 1/2 cucchiaio di semi di finocchio, 2 prese di sale e 1 bicchierino di acqua finché avranno assorbito tutta l'acqua e inizieranno a caramellare. Aggiungete i pomodorini tagliati a metà, salate e insaporite con una macinata di pepe e 1/2 cucchiaio di origano.
● **2** Alzate la fiamma e cuocete per altri 5 minuti. Fuori dal fuoco unite il tonno ben sgocciolato. Stendete 1 rotolo di pasta per la pizza sulla placca del forno, guarnitela con le cipolle caramellate e coprite con il secondo rotolo di pasta. Sigillate i bordi e rigirateli verso l'interno.
● **3** Spennellate la superficie di olio, cospargete di sale, 1/2 cucchiaio di origano e i semi di finocchio rimasti. Cuocete la focaccia a 220° per 30 minuti.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 45 minuti**
● **350 cal/porzione**



Buri in salsa di miso all'aceto

Ingredienti (per 3 persone)

- Buri ········· 300g
- Miso rosso ········· 50g
- Aceto ········· 30cc
- Olio extravergine di oliva (o olio vegetale) ········· 50cc
- Zucchero ········· 20g
- Sale ········· un pizzico
- Crescione ········· q.b.
- Indivia (Cicoria) ········· q.b.
- Zenzero tritato ········· 10g
- Sottaceti tritati ········· 10g
- Cipolla (pulita, tagliata a cubetti di 2 mm e lasciata in acqua) ········· 10g
- Pepe nero ········· poco
- Palline di daikon (pulire il daikon e ricavare delle palline di circa 1 cm con uno scovolino) ········· q.b.

Preparazione

A Miso all'aceto

Mettete in una planetaria il miso rosso e l'aceto e mescolate; aggiungete a poco a poco l'olio extravergine d'oliva e quando sarà tutto ben incorporato, aggiungete lo zucchero e regolate il sapore.

❶ Tagliate il buri in tranci dello spessore di 1 cm. Eliminate la parte scura e salate leggermente.



❷ Riscaldate in una padella un'adeguata quantità di olio (non presente nella lista ingredienti) e cuocete bene il buri del punto ❶ su entrambi i lati.



❸ Disponete in un piatto il crescione e l'indivia, precedentemente tagliati in modo che risultino facili da mangiare, e adagiatevi sopra i tranci di buri. Aggiungete dall'alto il miso del punto **A** e per finire, cospargete con lo zenzero, i sottaceti, la cipolla e il pepe nero e decorate con le palline di daikon.





Uno dei migliori chef giapponesi

Hirohisa Koyama

Lo Chef rappresenta la terza generazione alla guida del rinomato ristorante giapponese "Aoyagi", con una storia di oltre 100 anni. Per 25 anni si è impegnato, principalmente in Francia, in una serie di attività per diffondere nel mondo la cucina giapponese e la sua essenza. In Francia ha ottenuto il riconoscimento dei risultati finora conseguiti, diventando l'unico cuoco giapponese ad essere stato nominato Ufficiale dell'Ordine del Merito Agricolo della Repubblica Francese. Dal 2017 è stato designato Ambasciatore della cucina giapponese dal Ministero dell'Agricoltura, Foreste e Pesca del Giappone.

Buri giapponese : irresistibilmente buono grazie alla sua giusta compattezza!

Il pesce "buri", che può essere utilizzato per numerosi piatti come sashimi, teriyaki e shabu-shabu, ha un sapore diverso a seconda delle dimensioni, diventando ancora più buono superati i 40 cm. Poiché il suo nome cambia in base alle dimensioni, in Giappone è soprannominato "shusseuo", ovvero "pesce con nomi diversi a seconda degli stadi di crescita"; il suo nome varia anche in base alle regioni, in Kanto è chiamato warasa quando misura 40-60 cm, mejiro tra i 60-70 cm e buri quando supera i 70 cm. In Giappone, il periodo di deposizione delle uova avviene prima al sud, da febbraio a luglio. L'autunno e l'inverno sono le stagioni in cui, in previsione della deposizione delle uova, i pesci crescono e mettono su grasso. In primavera e in estate i pesci selvatici sono di colore marrone chiaro perché hanno meno grasso, mentre i pesci allevati sono grassi e presentano una lucentezza bianca.

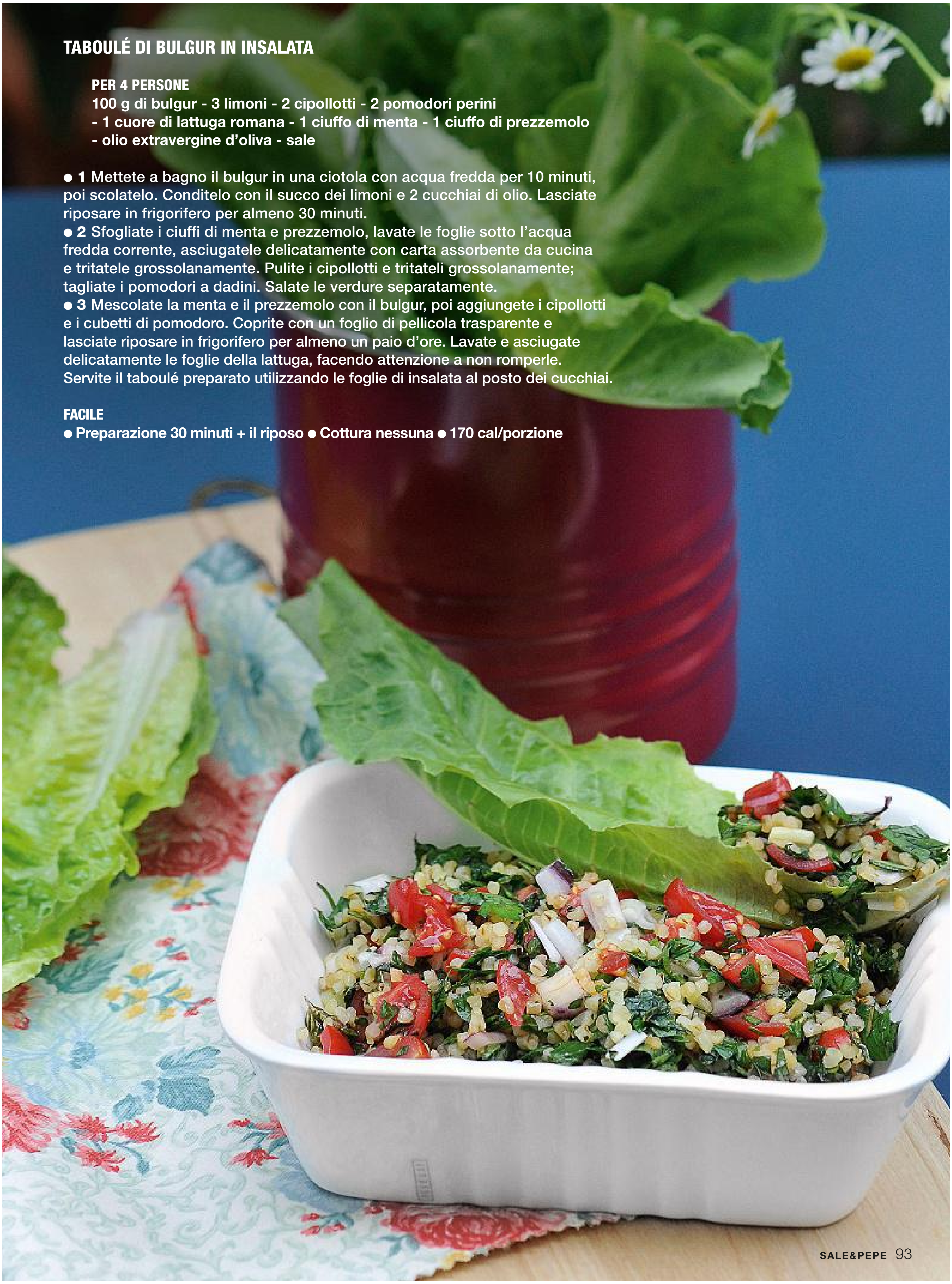


Japanese Food Supporter

Cosa sono le Attività Promotrici del Cibo e degli Ingredienti Giapponesi?

Si tratta di ristoranti e negozi al dettaglio che trattano costantemente ingredienti e sakè giapponesi, e che sono certificati come "Attività Promotrici del Cibo e degli Ingredienti Giapponesi". Il logo delle Attività Promotrici del Cibo e degli Ingredienti Giapponesi è esposto nei locali, in modo che coloro che sono interessati alla cucina giapponese possano identificarli facilmente. E una volta trovato il logo, non esitate ad entrare e a godervi la bontà dei prodotti giapponesi!

Se siete alla ricerca di ingredienti di produzione giapponese, potete rivolgervi alle attività promotrici del cibo e degli alimenti giapponesi, reperibili scansionando il codice QR.



TABOULÉ DI BULGUR IN INSALATA

PER 4 PERSONE
100 g di bulgur - 3 limoni - 2 cipollotti - 2 pomodori perini - 1 cuore di lattuga romana - 1 ciuffo di menta - 1 ciuffo di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Mettete a bagno il bulgur in una ciotola con acqua fredda per 10 minuti, poi scolatelo. Conditelo con il succo dei limoni e 2 cucchiai di olio. Lasciate riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.
● **2** Sfogliate i ciuffi di menta e prezzemolo, lavate le foglie sotto l'acqua fredda corrente, asciugatele delicatamente con carta assorbente da cucina e tritatele grossolanamente. Pulite i cipollotti e tritateli grossolanamente; tagliate i pomodori a dadini. Salate le verdure separatamente.
● **3** Mescolate la menta e il prezzemolo con il bulgur, poi aggiungete i cipollotti e i cubetti di pomodoro. Coprite con un foglio di pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno un paio d'ore. Lavate e asciugate delicatamente le foglie della lattuga, facendo attenzione a non romperle. Servite il taboulé preparato utilizzando le foglie di insalata al posto dei cucchiai.

FACILE
● Preparazione 30 minuti + il riposo ● Cottura nessuna ● 170 cal/porzione

POLPETTINE IN FOGLIA DI VITE CON PEPERONI IN AGRODOLCE

PER 4 PERSONE
300 g di carne di vitello (o agnello) macinata - 1 cucchiaio di cipolla tritata - 1 spicchio di aglio - 1 cucchiaio di prezzemolo tritato - 2 cucchiai di cuscus precotto - 1 limone - 1 uovo - 1 peperone giallo e 1 rosso - 12 foglie di vite conservate al naturale - 1 cucchiaio di capperi sott'aceto - 1 costa di sedano - 1/2 cucchiaio di zucchero - 4 cucchiai di aceto - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Impastate la carne macinata con la cipolla tritata, lo spicchio di aglio sbucciato e tagliato sottile, il prezzemolo tritato e il cuscus fatto rinvenire a freddo con il succo del limone e l'uovo sbattuto. Regolate di sale e pepe. Sgocciolate le foglie di vite dal liquido di conservazione e sciacquatele.
● **2** Con il composto di carne preparate 12 polpettine di forma cilindrica e avvolgete ciascuna in una foglia di vite. Cuocetele a vapore per 10 minuti. Pulite i peperoni, tagliateli a dadini e friggeteli in padella con 4 cucchiai di olio; quando saranno teneri, salateli, scolateli dall'olio e teneteli da parte.
● **3** Versate nella padella lo zucchero con l'aceto, lasciate ridurre della metà, rimettete i peperoni nel condimento, unite i capperi sgocciolati, il sedano tritato e, dopo 1 minuto, togliete dal fuoco e fate raffreddare. Versate la salsa in un barattolo, copritela con un velo d'olio e usatela per accompagnare le polpettine.

FACILE
● **Preparazione 40 minuti** ● **Cottura 20 minuti** ● **300 cal/porzione**





BASTONCINI DI CAPRESE AL LIMONCELLO

PER 4 PERSONE
150 g di cioccolato fondente - 150 g di burro - 120 g di zucchero - 4 uova - 200 g di mandorle già spellate - 4 cucchiai di limoncello

● **1** Spezzettate grossolanamente il cioccolato fondente e scioglietelo a bagnomaria. Unite poco alla volta il burro a pezzetti e mescolate fino a scioglierlo completamente. Sgusciate le uova separando i tuorli dagli albumi. Tenete da parte questi ultimi e mescolate i tuorli, uno alla volta, con lo zucchero; unite poi le mandorle tritate finemente nel mixer e il limoncello.
● **2** Montate gli albumi tenuti da parte a neve ben ferma, incorporateli delicatamente al composto di cioccolato mescolando dal basso verso l'alto per non smontarli. Riempite con il composto preparato 8 stampini da mini plum cake.
● **3** Infornate i dolcetti a 170° per 20 minuti. Lasciate raffreddare, sformate i bastoncini e conservateli in una scatola di latta, anche per 4-5 giorni.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti**
● **Cottura 20 minuti** ● **490 cal/porzione**

Mirtilli

PREZIOSI FRUTTI DEL BOSCO ESTIVO, REGALANO A TORTE, MILLEFOGLIE E PIE COLORI INTENSI E DOLCEZZA VIVACE

a cura di Marina Cella, ricette di Alessandra Avallone e Claudia Compagni, foto di Stefania Giorgi e Felice Scoccimarro, styling di Sara Farina e Alkèmia





Crostata al cacao con mirtilli e pesche
pag. 104

S. GIORGI

Piastrella in marmo Marmolove.
Indirizzi a pagina 6

MILLEFOGLIE AI MIRTILLI

PER 4 PERSONE
1 confezione di pasta sfoglia rettangolare - 250 g di panna fresca - 80 g di mascarpone - zucchero a velo - 100 g di zucchero semolato - 350 g di mirtilli possibilmente con le foglie - 1 cucchiaio di succo di limone

● **1** Srotolate la pasta sfoglia, appoggiatela sopra una placca rivestita di carta forno, coprite con un altro foglio di carta e una placca identica e cuocete in forno a 200° per 18-20 minuti. Scoprite la pasta, cuocetela ancora 3 minuti quindi spolverizzatela con uno strato uniforme di zucchero a velo e passatela sotto il grill per farlo caramellare (controllatela a vista per non farlo bruciare). Fate raffreddare. Quindi tagliate la pasta in 2 rettangoli grandi (lunghi e stretti) poi in 12 rettangoli piccoli tutti uguali. Tenete da parte.
● **2** Frullate 200 g di mirtilli, metteteli in un padellino con 60 g di zucchero semolato e il succo di limone e fate ridurre la purea della metà su fuoco medio; lasciate raffreddare. Quindi montate la panna con il mascarpone e lo zucchero semolato rimasto e incorporate la purea fredda.
● **3** Trasferite la purea in una tasca da pasticciere a bocchetta liscia. Guarnite 8 rettangolini di pasta con fiocchetti di panna ai mirtilli, aggiungendo i mirtilli freschi fra un fiocchetto e l'altro. Sovrapponete 2 rettangoli farciti e 1 vuoto per ogni porzione, guarnite con i mirtilli rimasti e foglie di mirtillo. Servite subito.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 30 minuti ● 540 cal/porzione



S. GIORGI

Pie al profumo di vaniglia

pag. 104



F. SCOCCIMARRO

Nella pagina accanto: piattino e bricco Ceceramic di Elisa Castelletta. Indirizzi a pagina 6


1


2


3


4

BUNDT CAKE CON GLASSA DI MIRTILLI E LIMONE

PER 8 PERSONE
275 g di farina bianca per dolci - 150 g di zucchero - 30 g di mandorle in polvere - 1/2 cucchiaino di lievito per dolci - 1/2 cucchiaino di bicarbonato di sodio - 2 uova piccole - 100 g di burro - 100 g di yogurt greco intero 125 g di mirtilli - 1 cucchiaino di scorza grattugiata di limone non trattato - burro e farina per lo stampo - sale per la glassa: 125 g di mirtilli + quelli per guarnire - il succo di 1 limone - 150 g di zucchero a velo

● **1** Fate fondere 2 cucchiai di burro e spennellate l'interno di uno stampo da bundt cake (quelli americani tradizionali, in alluminio pesante) con uno strato non troppo sottile. ● **2** Infarinate lo stampo e battetelo rovesciato sul piano di lavoro per far cadere l'eccesso di farina. Tenetelo al fresco in attesa. ● **3** Mescolate nella brocca del mixer o della planetaria la farina, lo zucchero, le mandorle in polvere, il lievito, il bicarbonato, una presa di sale e la scorza di limone. ● **4** Aggiungete il burro a cubetti e mixate fino a ottenere un composto sabbioso. Poi unite prima le uova sbattute, quindi lo yogurt e infine i mirtilli. ● **5** Incorporateli all'impasto con una spatola o un cucchiaio. ● **6** Trasferite la preparazione nello stampo, un cucchiaio alla volta, senza superare i 2/3 di altezza. ● **7** Cuocete il dolce in forno a 180° per 1 ora, lasciate riposare per 10 minuti quindi sformate la bundt cake sopra una gratella. ● **8** Preparate la glassa. In una ciotola schiacciate con la forchetta i mirtilli con 1 cucchiaio di zucchero a velo e il succo di limone, poi lasciate riposare per 10 minuti finché i mirtilli rilasceranno il loro colore. Filtrate il succo e mescolatelo, poco alla volta, con lo zucchero a velo rimasto fino a ottenere una glassa della giusta consistenza. Versatela lentamente sopra la torta, lasciandola colare fra le pieghe, e fatela asciugare per 1 ora. Servite la torta guarnita con mirtilli freschi.

MEDIA ● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 1 ora e 5 minuti ● 430 cal/porzione


5


6


7


8



Piatto in ceramica bianca Forme di Farina. Nella pagina accanto: piano in marmo Marmolove, grembiule Forme di Farina, tovagliolo Annabel Kern, ciotola media e bricco Ceceramic di Elisa Castelletta, ciotolina color cioccolato da La Rinascente. Indirizzi a pagina 6

S. GIORGI



Americana Society
Limonta.
Indirizzi a pagina 6

Torta morbida
alla ricotta con cannella
pag. 104

S. GIORGI



F. SCOCCIMARRO

CHEESE CAKE AL CIOCCOLATO CON MORE E MIRTILLI

PER 8 PERSONE
400 g di formaggio cremoso da spalmare - 300 g di biscotti al cioccolato (tipo Oreo) - 400 g di mirtilli - 200 g di more - 120 g di burro - 150 g di panna fresca - 120 g di zucchero - 1 baccello di vaniglia - 1 limone

● **1** Sciacquate le more e i mirtilli, trasferiteli in una casseruola con 50 g di zucchero e il succo del limone filtrato e cuoceteli per 3-4 minuti fino a che rilasciano il loro succo. Scolateli delicatamente con una schiumarola e lasciateli raffreddare in un colino. Cuocete il succo fino a quando si sarà ridotto di 1/3 e fatelo raffreddare.
● **2** Sciogliete il burro a bagnomaria. Spezzettate i biscotti e frullateli finemente nel mixer; versate a filo il burro fuso e frullate per qualche secondo. Rivestite di carta da forno il fondo di uno stampo a cerniera di 20 cm di diametro, versatevi il composto di biscotti e compattatelo sul fondo e sui bordi con il dorso di un cucchiaio.
● **3** Trasferite lo stampo in frigo. Nel frattempo montate il formaggio con lo zucchero rimasto e i semini contenuti nel baccello di vaniglia fino a renderlo cremoso. Amalgamate al composto la panna montata con le fruste elettriche e unite il succo dei frutti di bosco, tenendone da parte un po' per decorare. Mescolate 2-3 volte dal basso verso l'alto in modo da non amalgamarlo completamente.
● **4** Versate il composto nella base di biscotti, livellatela e mettete in frigo per 6 ore. Sformate il dolce, distribuitevi sopra i frutti di bosco con un po' di succo e servite.

MEDIA ● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 520 cal/porzione



CROSTATA AL CACAO CON MIRTILLI E PESCHE

PER 6 PERSONE
per la frolla al cacao: 80 g di zucchero a velo + quello per decorare - 30 g di mandorle in polvere - 130 g di burro a temperatura ambiente - 1 uovo - 225 g di farina bianca per dolci - 15 g di cacao amaro - sale
per la farcitura: 4 cucchiai di confettura di mirtilli - 3 pesche gialle - 1 cucchiaio di amido di mais - 250 g di mirtilli - zucchero a velo

● **1** Preparate la frolla. Riunite nel mixer lo zucchero a velo, le mandorle in polvere, il burro e una presa di sale. Lavorate gli ingredienti fino a renderli omogenei, incorporate l'uovo quindi la farina setacciata con il cacao. Formate un panetto con la pasta ottenuta, avvolgetelo nella pellicola e refrigerate per almeno 2 ore o meglio tutta la notte.
● **2** Sbucciate le pesche, tagliatele a quarti o a spicchi e spolverizzatele di amido di mais mescolato con un cucchiaio di zucchero a velo. Unite i mirtilli e mescolate.
● **3** Stendete la pasta in un rettangolo e rivestite una teglia di 26x16 cm circa. Spennellate la base con la confettura di mirtilli e riempitela con il composto di pesche e mirtilli. Decorate la superficie con una griglia fatta con gli avanzi di pasta.
● **4** Infornate la torta a 200° nella parte bassa del forno per 15 minuti, abbassate la temperatura a 180° e cuocete per altri 45 minuti: la pasta deve risultare ben cotta. Servite la crostata spolverizzata di zucchero a velo. Se vi piace, accompagnatela con gelato alla crema.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti + riposo**
● **Cottura 1 ora** ● **430 cal/porzione**



PIE AL PROFUMO DI VANIGLIA

PER 8 PERSONE
200 g di farina bianca - 90 g di burro - 1 uovo - 40 g di zucchero semolato - 20 g di zucchero di canna - i semini di un baccello di vaniglia - 1 tuorlo - sale
per il ripieno: 300 g di mirtilli - 120 g di zucchero - 50 g di farina 00 - 1 limone non trattato - 20 g di burro

● **1** Riunite nel mixer la farina con lo zucchero semolato, un pizzico di sale, i semini di vaniglia e il burro freddo a dadini e frullate fino a ottenere un composto a piccole briciole. Unite l'uovo, frullate fino a che la pasta rimarrà attaccata alle lame, formate un panetto appiattito e fatelo riposare in frigorifero, avvolto nella pellicola, per 30 minuti.
● **2** Mescolate i mirtilli con lo zucchero, il succo e la scorza grattugiata del limone e la farina e versateli in uno stampo da pie del diametro di 22 cm.
● **3** Stendete la pasta sul piano di lavoro leggermente infarinato a uno spessore di 3 mm, ricavate una striscia larga come il bordo dello stampo, spennellate quest'ultimo con acqua fredda e fatevi aderire la pasta. Spennellate anche questa con poca acqua.
● **4** Ricavate dalla pasta rimasta un disco di 22 cm di diametro e trasferitelo sullo stampo, sopra i mirtilli, facendolo aderire alla striscia precedente. Spennellate la superficie con il tuorlo sbattuto con poche gocce d'acqua e decorate a piacere con la pasta rimasta a strisce. Spennellatele con il tuorlo e cospargete con lo zucchero di canna. Praticate qualche incisione con un coltellino per la fuoriuscita del vapore e cuocete in forno caldo a 200° per circa 40 minuti. Servite il pie tiepido o freddo, accompagnato con gelato alla crema.

MEDIA
● **Preparazione 20 minuti + riposo**
● **Cottura 40 minuti** ● **325 cal/porzione**



TORTA MORBIDA ALLA RICOTTA CON CANNELLA

PER 6 PERSONE
120 g di farina bianca per dolci - 3 uova - 100 g di zucchero + 1 cucchiaio - 200 g di ricotta - 200 g di panna acida - 80 g di burro - 1 cucchiaino colmo di lievito per dolci - una punta di semi di vaniglia - 250 g di mirtilli - cannella in polvere - sale

● **1** Fate sciogliere il burro in un pentolino. In una ciotola sbattete le uova con lo zucchero. Aggiungete il burro fuso, i semi di vaniglia, la ricotta e la panna acida e mescolate gli ingredienti a mano o con la planetaria fino a renderli omogenei. Quindi incorporate la farina setacciata con il lievito e una presa di sale.
● **2** Imburrate una padella di ghisa o una teglia di 22 cm di diametro. Versate l'impasto nel recipiente e distribuite sopra i mirtilli. Cuocete la torta in forno a 180° per 50 minuti circa.
● **3** Nel frattempo mescolate il cucchiaio di zucchero rimasto con 1/2 cucchiaino di cannella. Sfornate la torta e cospargetela ancora calda con la miscela preparata. Servitela tiepida o fredda.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti** ● **Cottura 55 minuti** ● **420 cal/porzione**

SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



NUOVI ESTRATTI INSAL'ARTE

La Linea Smile degli Estratti Insal'Arte si arricchisce di due nuovi gusti: 100% Pera e 100% Ananas. È un estratto al 100% di pura frutta, senza aggiunta di acqua, zucchero, coloranti né conservanti. La tecnologia HPP consente di mantenere inalterate le qualità organolettiche delle materie prime.



"MONUMENTI" DALLA COSTA

Il Pastificio Dalla Costa, nel packaging di "Monumenti", ha voluto ricreare in pasta alcuni simboli del nostro paese: Il Colosseo di Roma, la Torre "pendente" di Pisa e il Duomo di Milano. Ideale per un primo piatto dedicato agli amanti dell'arte del Belpaese ma anche come cadeaux simbolo del Made in Italy.



ELISIR BORSCI S. MARZANO

L'Elisir Borsci S. Marzano è tornato sul mercato grazie al Gruppo Caffo. L'Elisir Borsci S. Marzano è celebre per la sua versatilità: dal caffè, a golosi dolci come tiramisù e torte, da cocktail esclusivi fino al consumo liscio.



A3 ASOLO PROSECCO SUPERIORE

La Tordera presenta il nuovo A3 Extra Brut Asolo Prosecco Superiore D.O.C.G. con il 50% di solfiti in meno. La volontà di raggiungere una viticoltura sempre più in armonia con il territorio, si "assapora" in questo vino equilibrato, che risulta particolarmente fresco e asciutto.



MOLINO ROSSETTO IN BRIK

Da Molino Rossetto nuova linea CR Top Farine in Brik da 750 grammi con chiusura a tappo. Il Brik, realizzato in carta FSC, è resistente, facile da stivare, riciclabile e richiudibile. Quattro le referenze: Farina "00" classica e 100% Grano Italiano, Farina integrale 100% Grano Italiano e Farina di grano tenero "0" Manitoba.



OLIO DI SEMI DI GIRASOLE ZUCCHI

L'Olio di semi di girasole Altoleico 100% Italiano Zucchi è ideale per le fritture e le cotture ad alta temperatura, per la sua composizione di acidi grassi insaturi e il suo punto di fumo elevato a 250° gradi. È interamente tracciato dal campo alla tavola.



MOZZARELLA IN SFOGLIA

Bayernland presenta la Mozzarella in Sfoglia prodotta con il prezioso latte bavarese senza OGM e senza conservanti, è buona, genuina ma soprattutto versatile in cucina per tante sfiziose ricette.



LORIANA IGP

Loriana IGP è una piadina romagnola fragrante e genuina, prodotta seguendo la tradizionale ricetta e che ha ottenuto l'Indicazione Geografica Protetta. Con la certificazione IGP si garantisce un prodotto che rispetta un preciso e rigido Disciplinare di Produzione stabilito dal Consorzio della Piadina Romagnola. Senza conservanti né grassi idrogenati.



NESCAFÉ ISPIRAZIONE ITALIANA

Si chiamano Espresso Milano, Espresso Roma e Espresso Napoli e sono le tre referenze che compongono la Gamma Ispirazione Italiana, i caffè in capsule di Nescafé Dolce Gusto che propongono un viaggio nelle tre città iconiche italiane. Un viaggio alla scoperta dei sapori, dei rituali e delle diverse esperienze di caffè in Italia.



NOVITÁ DA FRATELLI CARLI

Fratelli Carli presenta un nuovo Olio Extra Vergine di Oliva: il Monocultivar Taggiasca. Dal colore verde con riflessi dorati e un retrogusto fruttato, questo Extra Vergine ha un sapore dolce ed equilibrato. Prodotto esclusivamente da olive della pregiata cultivar taggiasca, è indicato per abbinamenti a piatti semplici e delicati.



XILITOLO BIOLOGICO FIOR DI LOTO

Lo Xilitolo biologico è un dolcificante naturale alternativo con lo stesso potere dolcificante del saccarosio ma con meno calorie.



SPUMANTE RYMAROSÈ

L'azienda vitivinicola Ciù Ciù presenta Rymarosè Marche I.G.P. Sangiovese, spumante brut biologico di alta qualità dal perlage delicato. Ideale per l'aperitivo.



BIRRA MESSINA CRISTALLI DI SALE

La nuova Birra Messina Cristalli di Sale è una lager di puro malto, non filtrata, dal colore dorato, luminoso, con una naturale opalescenza.
La ricetta speciale ha un ingrediente inaspettato: i cristalli di sale di Sicilia che aiutano a sviluppare la percezione dei sapori in bocca.



100% VEGGIE VALFRUTTA

Valfrutta presenta la nuova linea delle confetture 100% Veggie, una grande innovazione delle preparazioni spalmabili, con il 70% frutta e il 30% verdura, senza zuccheri aggiunti e senza additivi. Sono sei le gustose proposte, tutte senza glutine.



KINDER CEREALÈ BISCOTTI

Kinder presenta i Biscotti Kinder CereAlé disponibili in due varianti: nocciola e cioccolato fondente. Alla base della ricetta c'è una sapiente combinazione di 7 farine di cereali selezionati, con ingredienti capaci di esaltare al meglio l'eccezionale croccantezza del biscotto che è ideale per l'inzuppo.



HONEST®

Una semplice infusione di foglie di tè accuratamente selezionate e coltivate nel rispetto delle comunità agricole locali indiane, unite al gusto della frutta e realizzata con ingredienti biologici. È il nuovo Honest, un tè biologico disponibile in due gusti: limone e fiore d'arancia, lampone e basilico.



CARPACCIO DI MARE PRINZ

Prinz Gourmetline propone il Carpaccio di Mare, lavorato utilizzando diverse tipologie di materie prime quali polpo, totano e mazzancolle della migliore qualità. Insaporito semplicemente con aromi e spezie, è ricco di proteine e povero di grassi. Lactose free e gluten free.



LATTE FIENO 100% ALTO ADIGE MILA

Gustoso, nutriente e genuino: è il nuovo Latte Fieno - 100% dell'Alto Adige di Mila, fatto con Latte Fieno STG, prodotto nei masi altoatesini di Mila e raccolto fresco ogni giorno dai soci-contadini.
Dura "più giorni", grazie al delicato trattamento termico.



Latte in FORME

FORTE DELLA SUA GRANDE TRADIZIONE IN TEMA DI FORMAGGI, BERGAMO ORGANIZZA UNA RASSEGNA A TEMA. DUE ESPERTI CI PROPONGONO QUALCHE CHICCA

di Marina Cella, foto di Michele Tabozzi, ricette di Claudia Compagni, in cucina Eleonora de Marchi

Una selezione di formaggi della Bergamasca. Da sinistra in senso orario: Formai de Mut a marchio blu (prodotto in alpeggio d'estate); Branzi; Taleggio; Agri di Valtorta



Francesco Maroni, produttore caseario (a sinistra), e Daniele Bassi, maestro assaggiatore e docente Onaf, l'Associazione Assaggiatori di Formaggio. Sono due protagonisti di Forme, la manifestazione casearia che si tiene a Bergamo il prossimo ottobre: il primo è l'organizzatore, il secondo partner scientifico.

Nella Bergamasca, ai piedi delle Prealpi Orobiche, la lavorazione dei latticini è una tradizione antica, portata avanti dai bergamini, gli allevatori-casari: per 600 anni, con la transumanza, hanno condotto le mandrie bovine su e giù dagli alpeggi, in un'area che oggi vanta una concentrazione e una varietà di formaggi unica. Dalle grandi Dop della pianura (Bitto, Grana Padano, Taleggio, Gorgonzola e altri) alle specialità delle "Cheese Valleys": Val Brembana, Val Seriana e Val Cavallina, dove nascono chicche meno note, spesso riconosciute come PAT (Prodotti Agroalimentari Tradizionali) o Presidi Slow Food. Per esempio le formaggelle, piccole forme rotonde di circa 20 cm di diametro, tipiche della zona. Per valorizzare la propria vocazione casearia e far conoscere le eccellenze del territorio, Bergamo ha ideato la manifestazione Forme, dedicata al mondo del formaggio. Come assaggio, in questo servizio vi proponiamo 4 delizie orobiche, di cui 3 (eccetto il Taleggio) provengono dall'alta Val Brembana e appartengono a un piccolo circuito di eccellenze, l'associazione Formaggi Principi delle Orobie. Come l'Agrì di Valtorta, prodotto da un'unica cooperativa e Presidio Slow Food: piccolo formaggio fresco a pasta molle, di latte crudo di vacca, ha sapore acidulo e delicato. O il Branzi, fatto stagionare per tempi diversi nel paese da cui prende il nome: a pasta semidura, ha gusto più o meno delicato, perfetto per arricchire la tipica polenta taragna. O il Formai de Mut (formaggio di alpeggio), che d'estate viene lavorato tra i 1200 e i 2500 metri di altitudine (marchio Blu) e ha odore e aroma intensi, con note di erbe di montagna e sapore delicato e fragrante. Aggiungiamo il Taleggio, discendente degli stracchini della Val Taleggio e oggi Dop, dalla crosta lavata e la pasta molle: il gusto, inizialmente dolce, diventa sapido e amarognolo, con note di piccantezza.

FORMAI DE MUT CON MIELE DI CASTAGNO E PANE MORBIDO

INGREDIENTI PER 8 PERSONE
300 g di Formai de Mut AVB - 600 g di farina 0 + quella per la lavorazione - 100 g di miele di castagno + quello per servire - 2,5 dl di latte - 50 g di burro + quello per la lavorazione - 2 foglie di alloro - 12 g di lievito di birra fresco - sale

● **1** Scaldate il latte con l'alloro spezzettato fino al limite dell'ebollizione e fatelo intiepidire. Eliminate l'alloro, trasferite 4 cucchiai di latte in una ciotola, unite il lievito sbriciolato e 1 cucchiaino di miele e fate sciogliere mescolando. Disponete la farina a fontana in una ciotola, versate al centro il latte con il lievito, il latte rimasto, il burro sciolto a bagnomaria e il miele rimanente e iniziate a incorporare la farina. Unite 10 g di sale e lavorate l'impasto per 5 minuti; trasferitelo sulla spianatoia infarinata e lavoratelo per altri 5 minuti fino a ottenere un composto liscio, omogeneo e morbido. Copritelo e fatelo lievitare in luogo tiepido per circa 90 minuti.
● **2** Riprendete l'impasto, formate un cilindro e disponetelo in uno stampo da plumcake di 23x12 cm imburrato e infarinato. Copritelo a campana con un foglio di alluminio e fatelo lievitare per 30 minuti. Poi cuocete il pane in forno già caldo a 190° per 35 minuti, trasferitelo su una gratella e lasciatelo raffreddare. Servitelo tagliato a fette e leggermente tostato con il Formai de Mut a pezzetti e un filo di miele di castagno.











AGRÌ DI VALTORTA CON COMPOSTA DI PERE E MIRTILLI E CROSTINI DI PANE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
4 Agrì di Valtorta - crostini di pane per accompagnare per la composta: 400 g di pere William - 250 g di mirtilli - 200 g di zucchero di canna - 2 rametti di rosmarino - pepe Cubebe

● **1** Sbucciate le pere, eliminate il torsolo e tagliatele a dadini. Trasferiteli in una casseruola con un cucchiaio di acqua, lo zucchero e i rametti di rosmarino legati tra loro con più giri di spago da cucina; cuocete le pere su fiamma bassa per 10 minuti dall'inizio dell'ebollizione.
● **2** Unite i mirtilli sciacquati e asciugati e proseguite la cottura per altri 10 minuti su fiamma vivace fino a che il liquido diventerà sciropposo. Fate raffreddare ed eliminate il rosmarino. Servite la composta con gli Agrì e qualche grano di pepe pestato grossolanamente.

FOCACCINE ALLE NOCI CON TALEGGIO E MELE COTTE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
200 g di Taleggio - 2 mele tipo Pinova - pepe nero per le focaccine: 500 g di farina 0 - 100 g di gherigli di noce sbriciolati - 5 g di lievito di birra fresco - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Impastate per 10 minuti la farina con il lievito sbriciolato, 3 dl di acqua tiepida, 10 g di sale e 2 cucchiai di olio. Aggiungete i gherigli di noce, impastate, formate un palla, trasferitela in una ciotola oliata, copritela con pellicola e lasciatela lievitare in luogo tiepido per 3 ore. Dividete l'impasto in 4 panetti dello stesso peso, fateli riposare coperti per 15 minuti poi stendeteli in 4 sfoglie ovali di 3 mm di spessore.
● **2** Private le mele del torsolo e tagliatele a lamelle sottili. Farcite le focaccine con le mele, condite con una presa di sale e un filo d'olio e cuocetele in forno già caldo a 230° per circa 15 minuti. Unite il Taleggio a fettine, cuocete ancora 2 minuti e servite con una macinata di pepe.









1





2

CIALDE DI POLENTA AL FORMAGGIO CON QUENELLE DI SPUMA DI BRANZI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE
per la spuma: 1 dl di latte - 1 dl di panna - 100 g di Branzi - 1 albume - rametti di timo - un pizzico di sale - pepe
per le cialde di polenta: 150 g di farina per polenta a cottura rapida - 100 g di Branzi - sale

● **1** Per la spuma eliminate la crosta al formaggio Branzi e grattugiatelo con una grattugia a fori grossi. Mescolate il latte e la panna, scaldate il composto su fiamma bassa, unite il formaggio e mescolate fino a che si è sciolto. Lasciate raffreddare a temperatura ambiente.
● **2** Preparate le sfoglie. In una pentola portate 6 dl di acqua al limite dell'ebollizione, unite una presa di sale, versate a pioggia la farina mescolando con una frusta per evitare la formazione di grumi e cuocete la polenta su fiamma bassa per 10 minuti o secondo i tempi indicati. Unite il Branzi privato della crosta e grattugiato con una grattugia a fori grossi e mescolate fino a che si è sciolto. Stendete la polenta in uno strato sottile su una teglia rivestita con carta da forno. Cuocete in forno ventilato già caldo a 180° per 15 minuti, capovolgete la polenta e proseguite la cottura per altri 20 minuti. Lasciatela raffreddare e tagliatela a triangolini. Frullate la crema di Branzi con un mixer a immersione fino a renderla cremosa e amalgamatela con l'albume montato a neve morbida con il sale. Disponete nei piatti la polenta con una quenelle di spuma ciascuno e insaporite con una macinata di pepe. Decorate a piacere con foglioline di timo.

LE NOVITÀ DI FORME 2019

Con il record di 9 formaggi Dop su un totale di 50 italiani, Bergamo rivendica di diritto il titolo di Capitale europea dei formaggi. Per suggellare il suo forte legame con il mondo caseario, la città lombarda vi dedica la manifestazione FORME, che festeggia in ottobre il quarto compleanno (17-20 ottobre, progettoforme.eu). La prossima edizione, pur partendo dal territorio con una mostra mercato dedicata alle eccellenze delle Valli Orobiche, avrà una portata più internazionale e sarà arricchita da nuovi appuntamenti. Primo fra tutti quello dei World Cheese Awards, la maggiore competizione mondiale dedicata al formaggio, che da 31 anni premia i migliori prodotti del Pianeta: al suo debutto italiano, riunirà alla Fiera di Bergamo oltre 3500 specialità di 45 Paesi; mentre una mostra nella Città Alta ne ripercorrerà la storia. Inoltre al Cheese Festival i visitatori potranno assaggiare migliaia di formaggi di tutto il mondo e partecipare ai Cheese Lab, laboratori per conoscere le specialità casearie e affinare la propria tecnica di degustazione, organizzati da Onaf (Organizzazione Nazionale Assaggiatori di Formaggi, onaf.it). Infine il 17 e 18 ottobre si terrà la prima edizione di B2Cheese, dedicata al mondo del business, con aziende da tutta Italia.





LUCA GUARNERI

La strada del vino dell'Etna

A POCHI CHILOMETRI DA CATANIA, ALLE PENDICI DEL VULCANO, UNA CULTURA ENOLOGICA MILLENARIA SPOSA LA TRADIZIONE CULINARIA

a cura di Silvia Tatozzi, testo di Enrico Saravalle, foto dei piatti di Laura Spinelli.
Si ringrazia l'agriturismo Case Perrotta per le ricette e la realizzazione dei piatti

Vulcano e montagna insieme, l'Etna ha nel suo DNA qualcosa di straordinario e magico. Come straordinario e magico è il suo territorio, non a caso inserito dall'UNESCO nel Patrimonio Mondiale dell'Umanità: natura, paesaggio, profumi, arte e cultura si incontrano a ogni curva, lungo le strade che salgono verso gli over 3000 della sua vetta. Un territorio tutto da scoprire, magari con un viaggio sulle carrozze vintage della CircumEtnea, ferrovia ultracentenaria che corre ai piedi della montagna, sfiorando paesi, borghi, bagli e masserie dalle facciate color pastello, vecchi palmenti e muretti a secco che delimitano distese interminabili di vigneti.

> segue a pag. 117



LAURA SPINELLI



LUCA GUARNERI

A sinistra, i vigneti dell'azienda agricola Cantine di Nessuno, nel Parco dell'Etna. Sopra, le facciate color pastello di Zafferana Etnea. Sotto, le carrozze vintage del Treno dei vini dell'Etna che viaggia lungo la ferrovia CircumEtnea.

MACCHERONI AL PESTO SICILIANO

PER 4 PERSONE
350 g di farina di grano duro Tumminia + quella per la spianatoia - 500 g di pomodorini ciliegia - 1 spicchio d'aglio - 10 foglie di basilico - 100 g di pistacchi tostati - 100 g di mandorle tostate - 100 g di provola grattugiata - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Tagliate i pomodori a filetti e trasferiteli in un colapasta per eliminare l'acqua di vegetazione. Frullate nel mixer le mandorle con i pistacchi.
● **2** Impastate la farina con acqua tiepida, aggiungendone poca alla volta (circa 100 ml), fino a ottenere un impasto liscio ed elastico. Prelevate un pezzetto di impasto e fatelo rotolare sulla spianatoia infarinata formando un cordoncino delle dimensioni di una matita. Tagliatelo a pezzetti lunghi 4-5 cm e arrotolateli intorno al ferretto pressandoli leggermente in modo da ottenere dei maccheroncini. Procedete allo stesso modo fino a esaurire l'impasto.
● **3** Tuffate i maccheroni in abbondante acqua salata in ebollizione e cuoceteli fino a quando verranno a galla. Intanto rosolate in una padella l'aglio sbucciato con 3-4 cucchiai d'olio; unite i pomodorini, le foglie di basilico, poca acqua di cottura della pasta e cuocete a fuoco vivace per 10 minuti. Eliminate l'aglio, scolate i maccheroni nella padella con il sugo, completate con il trito di frutta secca e la provola.

MEDIA
● **Preparazione 60 minuti**
● **Cottura 15 minuti**
● **750 cal/porzione**





ROCCO ROSSITTO

Uno dei modi più originali per conoscere il territorio è salire sull'antica littorina della CircumEtnea



ROCCO ROSSITTO





GRUPPO MONDADORI



LAURA SPINELLI (4)

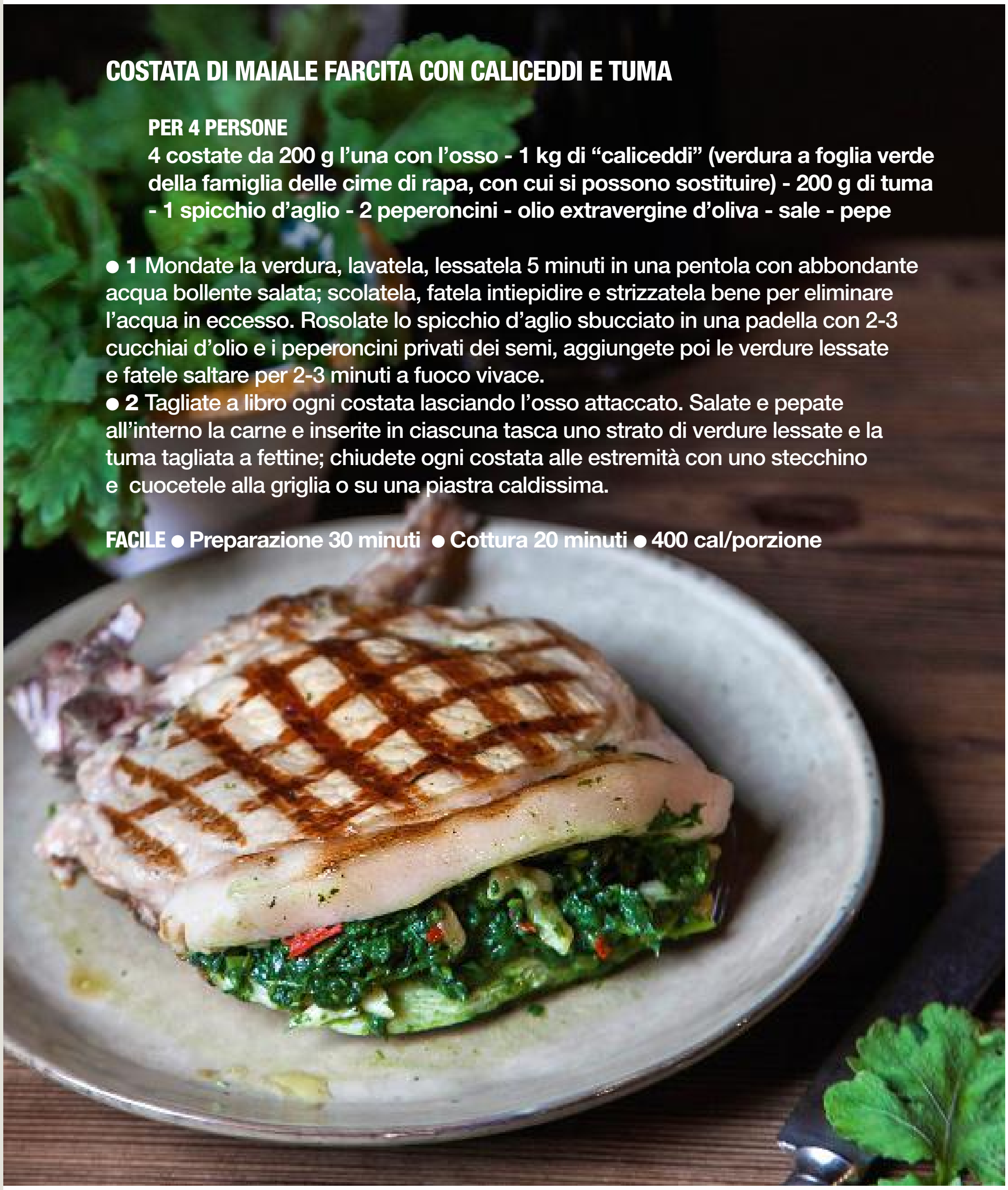
TACCUINO DI VIAGGIO

CASE PERROTTA
Via Andronico 2, Sant'Alfio
caseperrotta.it
Agriturismo con dieci camere e ristorante che offre le migliori ricette della tradizione: è qui che abbiamo fotografato i piatti del nostro servizio.

CASA MERLINO
C.da Feudo Sant'Anastasia Randazzo; oliomerlino.com
Vendita diretta e di vino e olio extravergine Dop Monte Etna.

PISTACIA ETNA BIO
C.da Malcornera, Bronte
pistaciaetna.bio
Una cooperativa che riunisce giovani produttori del pistacchio di Bronte biologico.

AZ. AGRITURISTICA DELL'ETNA
Riposto, agrietna.com
Un edificio del '700 ospita suites vista mare e un ristorante a km zero.



COSTATA DI MAIALE FARCITA CON CALICEDDI E TUMA

PER 4 PERSONE
4 costate da 200 g l'una con l'osso - 1 kg di "caliceddi" (verdura a foglia verde della famiglia delle cime di rapa, con cui si possono sostituire) - 200 g di tuma - 1 spicchio d'aglio - 2 peperoncini - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Mondate la verdura, lavatela, lessatela 5 minuti in una pentola con abbondante acqua bollente salata; scolatela, fatela intiepidire e strizzatela bene per eliminare l'acqua in eccesso. Rosolate lo spicchio d'aglio sbucciato in una padella con 2-3 cucchiai d'olio e i peperoncini privati dei semi, aggiungete poi le verdure lessate e fatele saltare per 2-3 minuti a fuoco vivace.
● **2** Tagliate a libro ogni costata lasciando l'osso attaccato. Salate e pepate all'interno la carne e inserite in ciascuna tasca uno strato di verdure lessate e la tuma tagliata a fettine; chiudete ogni costata alle estremità con uno stecchino e cuocetele alla griglia o su una piastra caldissima.

FACILE ● Preparazione 30 minuti ● Cottura 20 minuti ● 400 cal/porzione





Sopra, i limoni dell'Azienda agrituristica dell'Etna, dove si coltivano diverse tipologie di ortaggi e agrumi. A sinistra, la Basilica di Santa Maria Assunta a Randazzo.

> segue da pag. 115
Va da sé, quindi, che gli itinerari del bello e del buono ai piedi del vulcano coincidano con una suggestiva Strada del Vino dell'Etna, che riunisce cantine e aziende agricole, enoteche e musei della civiltà contadina, produttori storici e winemaker emergenti. Sul vulcano, informano i vigneron etnei, i vigneti partono dai 400 metri per arrivare sopra quota 1000, esposti al sole del Sud e ai maestrali del Nord, con escursioni termiche tra il giorno e la notte che d'estate possono arrivare fino a 30 gradi. Condizioni estreme? Forse, ma sono quelle che rendono unico il terroir etneo e i suoi gioielli. Vini con un pedigree autentico, potenti, eleganti e profumati come l'Etna Doc, un vino che, nelle tre qualità di
> segue a pag. 119


DONNA MODERNA
UN'ESTATE TUTTA DA LEGGERE.
Donna Moderna presenta
Grandi autrici, grandi romanzi.
Margaret Mazzantini
NESSUNO SI SALVA DA SOLO
MONDADORI
Il sesto volume,
Nessuno si salva da solo
di Margaret Mazzantini,
è in edicola dal 29 agosto.
Donna Moderna + 6° libro
solo 7,90 €
Ci sono storie che parlano direttamente al cuore delle donne.
Come quelle raccolte in questa collana tutta dedicata al mondo femminile.
• L'Arminuta, Donatella Di Pietrantonio
• Accabadora, Michela Murgia
• Sei come sei, Melania G. Mazzucco
• L'amore che mi resta, Michela Marzano
• Mille anni che sto qui, Mariolina Venezia
• Nessuno si salva da solo, Margaret Mazzantini
• Storia della mia ansia, Daria Bignardi
• La più amata, Teresa Ciabatti
• Non so niente di te, Paola Mastrocola
• L'età del malessere, Dacia Maraini
Ogni settimana un nuovo appuntamento in edicola.
Scopri lo shop online su mondadoriperte.it
Opera composta da 10 uscite. Prezzo uscite dalla n°1 alla n°6 € 7,90 (rivista inclusa). Prezzo uscite dalla n°7 alla n°10 € 7,90 oltre il prezzo della rivista. L'editore si riserva la facoltà di variare il numero delle uscite periodiche complessive, nonché di modificare l'ordine, la sequenza e/o i prodotti allegati alle singole uscite, comunicando con adeguato anticipo i cambiamenti che saranno apportati al piano dell'opera.
GRUPPO MONDADORI

ZEPPOLE O CRISPELLE DI SAN GIUSEPPE

PER 4 PERSONE
250 g di riso Carnaroli - 500 ml di latte - la scorza grattugiata di 1/2 arancia e 1/2 limone non trattati - 100 g di farina 00 - 1 bustina di lievito per dolci - 100 g di miele di zagara - 1 cucchiaino di cannella in polvere - zucchero a velo - olio di semi di arachide - sale

● **1** Riunite in una casseruola il latte con il riso, le scorze grattugiate degli agrumi, un pizzico di sale; portate a ebollizione continuando a mescolare e fate cuocere il riso fino a quando avrà assorbito tutto il latte. Lasciate raffreddare, aggiungete la farina e il lievito, mescolate e fate riposare il composto per 1 ora.
● **2** Scaldate abbondante olio in una padella. Trasferite il composto preparato in una sac à poche e fatelo scendere dalla tasca nell'olio bollente tagliando dei cilindri di pasta lunghi almeno 5 cm. Quando saranno dorati, sgocciolateli e fateli asciugare su carta da cucina.
● **3** Fate sciogliere il miele in una padella, unite le zeppole e muovete la padella in modo da ricoprirle su tutti i lati; trasferite le zeppole su un vassoio, spolverizzatele con zucchero a velo aromatizzato alla cannella e decorate, a piacere, con scorzette di arancia.

FACILE ● **Prep. 20 minuti + il riposo** ● **Cottura 30 minuti** ● **550 cal/porzione**





LAURA SPINELLI

La campagna alle pendici dell'Etna è disegnata da filari interminabili di viti, ulivi, alberi di pistacchio e palme.



LUCA GUARNERI

> segue da pag. 117

bianco, rosso e rosato, è ottenuto dalle uve di quattro vitigni: il Carricante, il Catarratto, il Nerello Mascalese e il Nerello Cappuccio. Per scoprirne le potenzialità si va in cantina: sono più di 20 le aziende vitivinicole che fanno parte della Strada del Vino dell'Etna, situate in luoghi incantevoli, aperte ai visitatori e ai wine lover, spesso ospitate in antichi palmenti come la Tenuta Cottanera, la biologica Terra Costantino, la suggestiva Monaci delle Terre Nere (che è anche un country resort con un raffinato ristorante) e la piccola (ma solo per numero di bottiglie prodotte) Cantine di Nessuno, dove accanto agli Etna rossi, bianchi e rosati si assaggia anche Apum, bollicine classiche da uve Nerello.

> segue a pag. 120

INDIRIZZI DELL'ETNA DOC

TENUTA COTTANERA
Contrada Iannazzo,
Castiglione di Sicilia
tenutacottanera.it
È un'azienda agricola a conduzione familiare che propone diversi percorsi degustativi, da quelli dedicati ai semplici wine lover a quelli per i più esperti.

TERRA COSTANTINO
Via Garibaldi 417, Viagrande
terracostantino.it
Propone degustazioni dei vini della cantina serviti con diversi tipi di pane preparato con grani antichi biologici e cotto nel forno a legna.

MONACI DELLE TERRE NERE
Via Monaci, Zafferana Etnea
monacidelleterrenere.it
Un country boutique resort ricavato in un'antica dimora del '700 di un'azienda agricola di 24 ettari dove, oltre al vino, si producono ortaggi come il cavolo trunzu di Aci, presidio Slow Food.

CANTINE DI NESSUNO
Località Monte Ilice
Trecastagni
cantinadinessuno.it
Le vigne di questa piccola cantina si trovano in prossimità del Monte Ilice, a un'altitudine che varia dai 600 ai 900 metri. Oltre agli Etna rossi bianchi e rosati, vale la pena di assaggiare un calice di Apum, bollicine classiche vinificate da uve Nerello Mascalese.

LA STRADA DEL VINO DELL'ETNA

È un'associazione che riunisce aziende agricole, strutture ricettive, ristoranti, enoteche, musei della vite e del vino. Lo scopo è far conoscere la tradizione vitivinicola del territorio nella provincia di Catania che ha dato vita all'Etna Doc. Propone un calendario di iniziative che coniugano ospitalità, gastronomia e degustazione dei vini.
Info: stradadelvinodelletna.it





Sul terreno lavico generoso ma impervio resiste eroicamente una cultura vitivinicola millenaria





LAURA SPINELLI (3)

Dall'alto, in senso orario, la vendemmia nella Tenuta Cottanera; il palmento dell'azienda Terra Costantino, edificio rurale in pietra lavica dedicato alla pigiatura e alla vinificazione dell'uva; i filari di vite delle Cantine di Nessuno e il country resort Monaci delle Terre Nere.

> segue da pag. 119

L'Etna Doc accompagna, degnamente, le preparazioni tipiche delle sue "terre nere": paste della tradizione fatte in casa con i legumi, il finocchietto, i broccoli o gli asparagi selvatici; funghi dell'Etna che vengono arrostiti, fritti o trifolati. E poi i formaggi: dalla tuma al pecorino primosale, al rinomato "piacentino con la lacrima" di Nicolosi. Per chiudere in bellezza con i dolci: paste al pistacchio di Bronte e dolcetti di pasta di mandorle, aromatizzati al limone, arancia e mandarino, senza dimenticare le classiche "rame", biscotti morbidi al cioccolato che ricordano le monete borboniche.


In edicola il NUOVO
Summer Set
con TV Sorrisi e Canzoni
Per mangiare ovunque come a casa tua.
27 agosto
LUNCH BOX
SOLO € 4,99*
*Prezzo rivista escluso
Sorrisi € 1,50 + Lunch box € 4,99 + 1° libro I MIEI PICCOLI EROI €0,50 = € 6,49
Per pranzi fuori casa e per l'ufficio.
Adatto al frigorifero.
3 comodi scomparti.
Con forchetta/cucchiaio e coltello.
Due versioni colore: blu e giallo.
LEONARDO DA VINCI
E IN PIÙ
1° VOLUME
I MIEI PICCOLI EROI
IN OMAGGIO
sorrisi e canzoni TV
ACQUISTA SUBITO IL SET SU MONDADORIPERTE.IT
GRUPPO MONDADORI

DRAGON BALL Z

ARRIVA IN EDICOLA

28 STATUINE 3D DA COLLEZIONE



Se non le trovi in edicola potrai richiederle all'indirizzo mail dragonball@corsport.it specificando il tuo nome, cognome, il numero di uscita al quale sei interessato e gli estremi di un'edicola (località, indirizzo e codice edicola) ove effettuare l'invio.



13 cm

Prodotto in **resina metallica** ALTISSIMA QUALITÀ

LA PRIMA USCITA* CON GOKU È IN EDICOLA DAL 26 AGOSTO



2ª USCITA
9/09/19



3ª USCITA
16/09/19

SCOPRI TUTTE LE STATUINE DEI PERSONAGGI PIÙ ICONICI DI DRAGON BALL Z.

Combattimenti, trasformazioni e viaggi da un pianeta all'altro. La saga di Dragon Ball continua a conquistarti con le 28 statuine 3D dei personaggi più iconici della serie Dragon Ball Z. Realizzate con materiale di qualità, ricreano in ogni minimo dettaglio le caratteristiche di Goku e compagni.

LE PROSSIME USCITE

- VEGETA
- PICCOLO
- CRILIN
- SFERE DEL DRAGO
- GOHAN
- FREEZER FORMA FINALE
- FREEZER
- FREEZER 3 FORMA
- GOHAN
- TRUNKS DEL FUTURO
- C-16
- C-17
- C-18
- MR. SATAN
- CELL
- VEGETA SUPER SAIYAN
- CELL PERFETTO
- GOHAN SUPER SAIYAN
- GOKU SUPER SAIYAN
- MAJIN BU
- TRUNKS
- GOTEN
- GOTENKS
- GOKU SUPER SAIYAN 3
- VEGEKU
- MAJIN BU
- GOKU SFERA GENKIDAMA

In edicola con Corriere dello Sport SEMPLICEMENTE PASSIONE TUTTOSPORT

TOEI ANIMATION

*Dragon Ball Z. Opera in 20 uscite. Costo € 14,99 oltre il costo del quotidiano. Non vendibile separatamente dal Corriere dello Sport - Stadio. L'editore si riserva la facoltà di variare il numero delle uscite complessive e la sequenza delle singole uscite, comunicando con adeguato anticipo gli eventuali cambiamenti che verranno apportati al piano dell'opera.

In collaborazione con TV Focus Junior

Per maggiori informazioni visita *mondadoriperte.it*



1



2



3

Acqua per tutti i gusti

QUELLA DEL RUBINETTO SI PUÒ FILTRARE, RENDERE LEGGERMENTE FRIZZANTE OPPURE BOLLENTE. PROPRIO COME PIACE A VOI

di Monica Pilotto



Scordatevi il detto "facile come bere un bicchiere d'acqua". Oggi dissetarsi è diventato un vero rito che si compie anche con l'acqua del rubinetto di casa. Non più solo liscia o gasata: c'è chi la vuole leggermente effervescente, con un perlage importante, depurata e filtrata o bollente all'istante per preparare bevande calde con zero tempi d'attesa. Le soluzioni alternative all'acqua in bottiglia si sono moltiplicate negli ultimi tempi in seguito alla direttiva Ue che impone, dal 2021, la messa al bando dei prodotti in plastica monouso.

> segue a pag. 124

● **1** Per chi è in viaggio, la borraccia Geopress depura e filtra anche l'acqua dei ruscelli, romuovendone virus, batteri, prodotti chimici e microplastiche (di Grayl, € 81 circa). ● **2** Depuratore a osmosi inversa con livello di salinità regolabile; il design compatto consente di posizionarlo sotto il lavello o sotto lo zoccolino (Aqua-Cleer Slim di Culligan, prezzo su richiesta). ● **3** Il miscelatore con filtro incorporato rimuove il 99% di batteri e virus, filtrando ruggine e microplastiche senza eliminare i sali minerali presenti nell'acqua (Vital di Franke, € 1.159). ● **4** Basta premere il pulsante per scegliere acqua filtrata a temperatura ambiente, leggermente frizzante o frizzante (Grohe Blue Home, da € 1.549).

> segue da pag. 123

Se siete ancora in viaggio, ecco le borracce amiche dell'ambiente, autodisinfettanti e capaci di depurare l'acqua dei ruscelli. A casa, invece, anche se l'acqua dei nostri acquedotti è di ottima qualità ed è rigorosamente controllata da parte delle Asl, è possibile renderne il gusto più gradevole e diminuirne la durezza filtrandola con appositi accessori da applicare al rubinetto. Sfoggiano un design raffinato i nuovi gasatori che "sfilano" sul ripiano della cucina come vere star: trattano e filtrano l'acqua del rubinetto e la erogano a diverse temperature, con livelli di gasatura personalizzabili. Mentre sistemi più complessi caratterizzano i miscelatori domestici di ultima generazione: alcuni sono dotati di filtro per la depurazione dell'acqua, senza però rimuoverne i sali minerali naturalmente presenti; altri, preziosi salvatempo da usare al posto degli obsoleti bollitori, sono completi di termostato ed erogano acqua bollente istantanea, anche filtrata. Forse i più raffinati tra voi sceglieranno la tecnologia a osmosi inversa che rende l'acqua più leggera, perfetta per cucinare perché non altera il sapore delle pietanze, buona da bere e per farne ghiaccio dalla straordinaria trasparenza. I nuovi prodotti hanno design compatto e occupano poco spazio sotto il lavello. Infine la buona notizia è che, per il nostro pianeta sempre più plastic-free, le aziende che imbottigliano acqua hanno intrapreso un percorso virtuoso per ridurre l'impatto ambientale (PET riciclato, bottiglie biodegradabili e compostabili). Ne nascerà un fiore?



1



2



3



4



5



6

● **1** Thero 90 consente il processo di osmosi inversa, rendendo l'acqua più leggera e migliorandone il gusto; ha design compatto (cm 12x45,1x24,3), disponibile anche nella versione con App che permette di regolare la salinità e avvisa quando fare manutenzione (BWT, a partire da € 1.470). ● **2** Total Black, il rubinetto 4N1 Touch eroga acqua calda e fredda, filtrata e caldissima a 88-98°, da collegare alla caldaietta NeoTank (InSinkErator, da € 1.790). ● **3** Si installa sul rubinetto il sistema filtrante On Tap con selettore per filtrare l'acqua; il display indica quando sostituire il filtro (Brita, € 59,99). ● **4** Borraccia autopulente: la tecnologia UV-C Led elimina in 60 secondi il 99,99% di germi e batteri (Larq, € 103). ● **5** Gasatore con dettagli in acciaio inox, bottiglia in vetro e livello di gasatura personalizzabile (SodaStream Crystal, € 149,90). ● **6** Il Frigo Gasatore Star Tap tratta e filtra l'acqua per poi erogarla a diverse temperature: ambiente, fredda, fredda frizzante (Nims, prezzo dal rivenditore). Indirizzi a pagina 6

GRUPPO MONDADORI

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.p.A.

Sede Legale in Milano - Via Bianca di Savoia, 12 - Capitale Sociale Euro 67.979.168,40 - Codice fiscale e Registro delle Imprese di Milano n° 07012130584

Pubblicazione in adempimento e secondo le modalità della legge 5 agosto 1981 n. 416 così come modificata dalla legge 23 dicembre 1996, n. 650

Stato Patrimoniale al 31 dicembre 2018

ATTIVO	(Valori in Euro)
Attività immateriali	128.877.436
Investimenti immobiliari	-
Terreni e fabbricati	2.593.467
Impianti e macchinari	847.677
Altre immobilizzazioni materiali	1.960.703
Immobili, impianti e macchinari	5.401.848
Partecipazioni	404.738.917
Attività finanziarie non correnti	500.000
Attività per imposte anticipate	6.514.969
Altre attività non correnti	295.988
TOTALE ATTIVITÀ NON CORRENTI	**546.329.157**
Crediti tributari	29.485.163
Altre attività correnti	4.903.654
Rimanenze	5.072.905
Crediti commerciali	45.291.732
Altre attività finanziarie correnti	62.972.862
Cassa e altre disponibilità liquide equivalenti	76.837.332
TOTALE ATTIVITÀ CORRENTI	**224.563.648**
Attività destinate alla dismissione o cessate	64.092.382
TOTALE ATTIVO	**834.985.187**

PASSIVO	(Valori in Euro)
Capitale sociale	67.979.168
Azioni proprie	(2.282.396)
Altre riserve e risultati portati a nuovo	253.408.440
Utile (perdita) dell'esercizio	(177.130.510)
TOTALE PATRIMONIO NETTO	**141.974.702**
Fondi	36.747.918
Indennità di fine rapporto	10.733.145
Passività finanziarie non correnti	114.997.243
Passività per imposte differite	28.324.295
Altre passività non correnti	-
TOTALE PASSIVITÀ NON CORRENTI	**190.802.601**
Debiti per imposte sul reddito	-
Altre passività correnti	37.329.900
Debiti commerciali	73.097.956
Debiti verso banche e altre passività finanziarie	391.780.028
TOTALE PASSIVITÀ CORRENTI	**502.207.884**
Passività destinate alla dismissione o cessate	-
TOTALE PASSIVO	**834.985.187**

Conto Economico	**Esercizio 2018** (Valori in Euro)
Ricavi delle vendite e delle prestazioni	**256.625.974**
Decremento (incremento) delle rimanenze	961.215
Costi per materie prime, sussidiarie, di consumo e merci	22.052.680
Costi per servizi	167.620.158
Costo del personale	82.226.324
Oneri (proventi) diversi	(9.211.702)
MARGINE OPERATIVO LORDO	**(7.022.701)**
Ammortamenti di immobili, impianti e macchinari	1.154.086
Ammortamenti e svalutazioni delle attività immateriali	3.913.397
RISULTATO OPERATIVO	**(12.090.184)**
Proventi (oneri) finanziari	(4.463.406)
Proventi (oneri) da partecipazioni	30.439.677
RISULTATO PRIMA DELLE IMPOSTE	**13.886.087**
Imposte sul reddito	(3.322.447)
RISULTATO DERIVANTE DALLE ATTIVITÀ IN CONTINUITÀ	**17.208.534**
Proventi (oneri) da attività dismesse	(194.339.044)
RISULTATO NETTO	**(177.130.510)**

Prospetto di dettaglio dei ricavi delle attività editoriali al 31 dicembre 2018

RICAVI DELLE VENDITE DI COPIE	108.902.559
RICAVI DELLA VENDITA DI SPAZI PUBBLICITARI	50.764.792
di cui diretta	202.364
di cui tramite concessionaria	50.562.428
RICAVI DA EDITORIA ON LINE	20.743.957
di cui per abbonamenti	1.762.868
di cui per pubblicità	18.981.089
RICAVI DA VENDITA DI INFORMAZIONI	2.123.154
RICAVI DA ALTRA ATTIVITÀ EDITORIALE	4.085.274
TOTALE RICAVI	**186.619.736**

Bilancio Consolidato del Gruppo Mondadori al 31 dicembre 2018

ATTIVO	(Valori in Euro/migliaia)
Attività immateriali	226.672
Investimenti immobiliari	-
Terreni e fabbricati	2.593
Impianti e macchinari	3.082
Altre immobilizzazioni materiali	13.460
Immobili, impianti e macchinari	19.135
Partecipazioni contabilizzate con il metodo del patrimonio netto	31.820
Altre partecipazioni	439
TOTALE PARTECIPAZIONI	**32.259**
Attività finanziarie non correnti	500
Attività per imposte anticipate	61.408
Altre attività non correnti	566
TOTALE ATTIVITÀ NON CORRENTI	**340.540**
Crediti tributari	24.630
Altre attività correnti	83.878
Rimanenze	122.336
Crediti commerciali	219.031
Altre attività finanziarie correnti	7.861
Cassa e altre disponibilità liquide equivalenti	82.358
TOTALE ATTIVITÀ CORRENTI	**540.094**
Attività dismesse	229.743
TOTALE ATTIVO	**1.110.377**

PASSIVO	(Valori in Euro/migliaia)
Capitale sociale	67.979
Riserva sovrapprezzo azioni	-
Azioni proprie	(2.282)
Altre riserve e risultati portati a nuovo	253.411
Utile (perdita) dell'esercizio	(177.133)
PATRIMONIO NETTO DI PERTINENZA DEL GRUPPO	**141.975**
Capitale e riserve di pertinenza di terzi azionisti	28.724
TOTALE PATRIMONIO NETTO	**170.699**
Fondi	69.826
Indennità di fine rapporto	33.458
Passività finanziarie non correnti	115.055
Passività per imposte differite	38.113
Altre passività non correnti	-
TOTALE PASSIVITÀ NON CORRENTI	**256.452**
Debiti per imposte sul reddito	15.292
Altre passività correnti	146.258
Debiti commerciali	258.104
Debiti verso banche e altre passività finanziarie	126.809
TOTALE PASSIVITÀ CORRENTI	**546.463**
Passività dismesse	136.763
TOTALE PASSIVO	**1.110.377**

Conto Economico Consolidato	**Esercizio 2018** (Valori in Euro/migliaia)
Ricavi delle vendite e delle prestazioni	**891.077**
Decremento (incremento) delle rimanenze	(325)
Costi per materie prime, sussidiarie, di consumo e merci	162.929
Costi per servizi	496.446
Costo del personale	157.627
Oneri (proventi) diversi	(3.095)
MARGINE OPERATIVO LORDO	**77.495**
Ammortamenti e perdite di valore di immobili, impianti e macchinari	5.089
Ammortamenti e perdite di valore delle attività immateriali	16.160
Perdite di valore di partecipazioni contabilizzate con il metodo del patrimonio netto e di altre imprese	5.000
RISULTATO OPERATIVO	**51.246**
Proventi (oneri) finanziari	(6.020)
Proventi (oneri) da altre partecipazioni	(13.162)
RISULTATO PRIMA DELLE IMPOSTE	**32.064**
Imposte sul reddito	14.885
RISULTATO DERIVANTE DALLE ATTIVITÀ IN CONTINUITÀ	**17.179**
Risultato delle attività in dismissione	(192.351)
RISULTATO NETTO	**(175.172)**
Attribuibile a:	
- Interessenze di terzi azionisti	**1.961**
- Azionisti della controllante	**(177.133)**
Risultato per azione delle attività in continuità (espresso in unità di Euro)	0,066
Risultato diluito per azione delle attività in continuità (espresso in unità di Euro)	0,066
Risultato netto per azione (espresso in unità di Euro)	(0,680)
Risultato netto diluito per azione (espresso in unità di Euro)	(0,678)



Colatura di alici

LA SPECIALITÀ DI CETARA, SULLA COSTIERA AMALFITANA, REGALA CON POCHE GOCCE UN SAPORE INTENSO E SAPIDO

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda

Alla luce delle lampare, i pesci saltano abbagliati fuori dall'acqua. I pescatori sulle barche lavorano con le reti, poi le issano a bordo, rovesciando carichi di acciughe luccicanti. Dai traghetti vicini, tanti visitatori si godono lo spettacolo, che culminerà con una degustazione e festa a terra. È la Notte delle Lampare che da 45 anni, a luglio, si celebra a Cetara (SA), per rievocare la tradizionale pesca delle alici e gustare il prodotto simbolo di questo borgo della Costiera Amalfitana: la colatura.

> segue a pag. 128

LINGUINE CON PESTO ALLA CETARESE

PER 4 PERSONE
320 g di linguine - 30 g di nocciole, 30 g di noci e 30 g di mandorle sgusciate - 10 g di pinoli - 2 spicchi d'aglio - 300 g di olive verdi e 150 di olive nere denocciolate - 20 g di colatura di alici di Cetara - 4 filetti di alici di Cetara sott'olio - 50 g di basilico - 100 g di prezzemolo - olio extravergine d'oliva

● **1** Preparate il pesto. Pulite il basilico e il prezzemolo, lavateli e asciugateli con carta da cucina. Tagliate le olive a rondelle, sbucciate gli spicchi d'aglio e tritateli grossolanamente insieme alla frutta secca.
● **2** Riunite la frutta secca, l'aglio, le olive e le erbe aromatiche nel bicchiere del mixer. Aggiungete anche i filetti di alici e la colatura. Iniziate a frullare versando l'olio necessario per ottenere un pesto non troppo cremoso.
● **3** Lessate la pasta in abbondante acqua non salata. Scolatela al dente e conditela con il pesto preparato, aggiungendo, se vi piace, qualche pinolo intero prima di servire. Il pesto può essere conservato in frigorifero in un barattolo di vetro per 2-3 giorni.

FACILE ● Preparazione 15 minuti ● Cottura 10 minuti
● 700 cal/porzione



> segue da pag. 127

Il condimento limpido color ambra, di aroma e sapore molto intensi, che si ottiene facendo maturare le alici sotto sale: una lavorazione in cui da secoli eccellono i cetaresi, tramandata da una generazione all'altra, e che ancora oggi, dopo la nascita di piccoli laboratori e aziende, conserva la sua impronta artigianale. Le alici, pescate con le tradizionale *cianciole* (reti a circuizione) e le lampare, vengono decapitate ed eviscerate a mano, al massimo entro 8 ore dalla cattura. Poi, sempre manualmente, si dispongono in botticelle di legno chiamate terzigni (un terzo di botte), a strati alterni con abbondante sale marino, e poi si pressano con un coperchio e alcuni pesi. Durante i 6-9 mesi di maturazione, i pesci producono un liquido sapido dal gusto forte di mare, la colatura appunto, spillata dai terzigni attraverso un foro, raccolta in contenitori e talvolta affinata per concentrare i sapori.

Speciale su spaghetti e linguine

La colatura di alici di Cetara è un prodotto povero, sconosciuta fuori dalla Costiera Amalfitana fino a pochi anni fa; nominata Presidio Slow Food nel 2003 (quella tradizionale con il disciplinare) e oggi in attesa della Dop. Negli ultimi tempi si è trasformata in chicca gourmet, costosa e ricercata dai grandi cuochi. Merito soprattutto dei ristoratori locali, in particolare di Pasquale Torrente (Al Convento), che l'ha fatta conoscere in tutta Italia e ha dedicato un libro, *L'uomo che sussurra alle alici* (Editore Catering), alla cucina di Cetara. La ricetta classica dello chef, gli spaghetti alla colatura con aglio, olio, peperoncino e prezzemolo, è quella della tradizione, che utilizza la salsa per insaporire la pasta (immancabile per la cena della Vigilia). Per variare i sapori, il condimento si può arricchire con altri ingredienti, per esempio pomodorini gialli, zucchine e pomodori secchi, fiori di zucca, puntarelle, burrata o mozzarella, briciole di pangrattato saltato, vongole, seppioline, tocchetti di pesce. L'importante è che spaghetti e linguine vengano cotti senza sale, per non eccedere con la sapidità. Oltre ai primi, la colatura, sempre usata con parsimonia, è perfetta per regalare sprint a molti altri piatti: dalla pizza alle verdure, in particolare quelle saltate in padella, come scarola, spinaci, bietole, ma anche le patate e i pomodori; fino ai carpacci di pesce. L'uso più insolito è forse quello nei cocktail, come fa Stefano De Gregorio o Chef Deg (di Compagnia degli Chef), che ne aggiunge 2 gocce al Gin Tonic e al Bloody Mary.

MEDIAMOND

MEDIAMOND S.p.A.
Sede: Milano - Via Bianca di Savoia, 12 - Capitale Sociale Euro 2.400.000
Iscritta al Tribunale di Milano n.06703540960 - Codice Fiscale 06703540960
Società per azioni - soci Direct Channel S.p.A. e Publitalia 80 S.p.A.

Stato patrimoniale al 31 dicembre 2018

ATTIVO	(Valori in Euro)
Attività immateriali	2.170.000
Investimenti immobiliari	
Terreni e fabbricati	
Impianti e macchinari	
Altre immobilizzazioni materiali	61.002
Immobili, impianti e macchinari	**61.002**
Partecipazioni contabilizzate al costo	
Altre partecipazioni	0
Totale partecipazioni	**0**
Attività finanziarie non correnti	0
Attività per imposte anticipate	670.162
Altre attività non correnti	
TOTALE ATTIVITÀ NON CORRENTI	**2.901.164**
Crediti tributari	4.668.126
Altre attività correnti	189.710
Rimanenze	
Crediti commerciali	107.811.181
Altre attività finanziarie correnti	4.329.327
Cassa e altre disponibilità liquide equivalenti	200
TOTALE ATTIVITÀ CORRENTI	**116.998.544**
Attività destinate alla dismissione	
TOTALE ATTIVO	**119.899.708**

PASSIVO	(Valori in Euro)
Capitale sociale	2.400.000
Riserva sovrapprezzo azioni	
Altre riserve e risultati portati a nuovo	1.476.849
Utile (perdita) dell'esercizio	218.791
TOTALE PATRIMONIO NETTO	**4.095.640**
Fondi	983.514
Indennità di fine rapporto	3.299.913
Passività finanziarie non correnti	
Passività per imposte differite	83.618
Altre passività non correnti	
TOTALE PASSIVITÀ NON CORRENTI	**4.367.045**
Debiti per imposte sul reddito	530.733
Altre passività correnti	7.973.680
Debiti commerciali	102.705.309
Debiti verso banche e altre passività finanziarie	227.301
TOTALE PASSIVITÀ CORRENTI	**111.437.023**
Passività destinate alla dismissione	
TOTALE PASSIVO	**119.899.708**

Conto economico Esercizio 2018	(Valori in Euro)
Ricavi delle vendite e delle prestazioni	**231.977.946**
Variazione delle rimanenze	
Costi per materie prime, sussidiarie, di consumo e merci	
Costi per servizi	-224.092.202
Costo del personale	-12.945.053
Oneri (proventi) diversi	5.645.264
MARGINE OPERATIVO LORDO	**585.955**
Ammortamenti e perdite di valore di immobili, impianti e macchinari	-55.327
Ammortamenti e perdite di valore delle attività immateriali	
RISULTATO OPERATIVO	**530.628**
Proventi (oneri) finanziari	7.423
Proventi (oneri) da altre partecipazioni	
RISULTATO PRIMA DELLE IMPOSTE	**538.051**
Imposte sul reddito	-319.260
RISULTATO NETTO	**218.791**

ELENCO DELLE TESTATE SERVITE

- CASAFACILE
- CASABELLA
- CHI
- CHI COLLEZIONE
- CONFIDENZE
- CUCINA MODERNA
- DONNA MODERNA
- FOCUS
- FOCUS DOMANDE & RISPOSTE
- FOCUS EXTRA
- FOCUS JUNIOR
- FOCUS JUNIOR PER GIOCO
- FOCUS JUNIOR STAR
- FOCUS PICO
- FOCUS PICO GIOCA
- FOCUS STORIA
- FOCUS STORIA COLLECTION
- FOCUS STORIA WARS
- FOCUS WILD
- GIALLO ZAFFERANO
- GRAZIA
- GUIDA TV
- ICON
- IL MIO PAPA
- INTERNI
- NOSTROFIGLIO
- PROMETEO
- SALE & PEPE
- SPY
- STARBENE
- TELEPIÙ
- TU STYLE
- TV SORRISI E CANZONI
- UOMINI E DONNE MAGAZINE



NEL NUMERO DI OTTOBRE

SUGGESTIONI D'AUTUNNO
La natura ha le sfumature dell'ocra e anche la tavola cambia toni con le piccole tatin ai funghi, la crema di verdure con passatelli, il filetto ai porcini e la torta cioccolato e cardamomo.



PASTA INTEGRALE
La sua anima grezza sembra fatta apposta per accogliere ingredienti rustici come frutta secca, cavolfiore, zucca...



IL TEMPO DELLE MELE
Interpreti d'elezione di torte spettacolari, si prestano anche a insoliti abbinamenti salati con la carne, le salsicce, la pancetta.

in edicola dal 24 settembre

SALE&PEPE
GRUPPO MONDADORI

n. 9 settembre 2019

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE
Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (caporedattore)
Cristiana Cassé cristiana.casse@mondadori.it (caposervizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (caposervizio)
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it (caposervizio web)
Monica Pilotto pilotto@mondadori.it (vicecaposervizio)
Silvia Bombelli silvia.bombelli@mondadori.it
Daniela Falsitta falsitta@mondadori.it
Silvia Tatozzi silvia.tatozzi@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA
Silvano Vavassori vavassor@mondadori.it (caporedattore)
Daniela Arsuffi arsuffi@mondadori.it (caposervizio)
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Silvia Viganò silvia.vigano@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca fotografica)

PROGETTO GRAFICO
Roberto Porta

HANNO COLLABORATO
Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Fiammetta Bonazzi, Silvia Capuzzello. Marina Cella, Laura Cereda, Mauro Cominelli, Claudia Compagni, Eleonora de Marchi, Ernesto Fagiani, Sara Farina, Paola Mancuso, Francesca Romana Mezzadri, Antonella Pavanello, Luciano Pignataro, Livia Sala, Sandro Sangiorgi, Table Top Flores Manfredi, Enrico Saravalle, Francesca Tagliabue

Foto: Emanuele De Santis, Stefania Giorgi, Maurizio Lodi, Francesca Moscheni, Felice Scoccimarro/Alkèmia, Laura Spinelli, Michele Tabozzi

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI
È possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite: www.abbonamenti.it/mondadori; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; telefono: dall'Italia 02 75429001; dall'estero +39 041509.90.49. Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00; fax: 030.77.72.387; posta: scrivere all'indirizzo: Direct Channel SpA – Casella 97 - Via Dalmazia 13, 25126 Brescia (BS). L'abbonamento può avere inizio in qualsiasi periodo dell'anno. L'eventuale cambio di indirizzo è gratuito: informare il Servizio Abbonati almeno 20 giorni prima del trasferimento, allegando l'etichetta con la quale arriva la rivista.
Servizio collezionisti: Avete perso un numero di Sale&Pepe? Tel. 045.8884400; fax 02-95970333 e-mail: collez@mondadori.it. Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.
REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I. CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mediamond S.p.A. - Palazzo Cellini – Milano Due 20090 SEGRATE (MI) - Tel. 02/21025952

Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986. Stampa ELCOGRAF S.p.A., via Mondadori, 15, Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl. Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 045/8884400; Fax 045/884378; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387. Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl
Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it

Accertamento Diffusione Stampa - Certificato n. 8502 del 18 dicembre 2018

Questo periodico è iscritto alla FIEG Federazione Italiana Editori Giornali



SALE&PEPE SUL TUO TABLET E SMARTPHONE
Con l'applicazione per iPad/iPhone e dispositivi Android potrai leggere Sale&Pepe ovunque tu sia direttamente dal tuo tablet o dal tuo telefono. Scarica GRATIS l'applicazione da App Store o da Google Play e porta sempre con te la tua rivista preferita.

Disponibile su App Store

Inoltre, sul www.abbonamenti.it troverai le offerte per abbonarti a Sale&Pepe a partire da 6,99 Euro per 3 numeri con la possibilità di sfogliare la rivista su web o sul tuo tablet!


il Buon Piatto: ricette uniche, gustose ed equilibrate, con ingredienti sani e naturali, per portare con te il piacere della buona tavola in ogni occasione.
Farro, orzo e fantasia
con farro, orzo, peperoni, zucchine, melanzane e carote
il Buon Piatto:
la nuova linea di piatti pronti firmati Insal'Arte.
Scopri tutte ricette su www.insalarte.it
Ci trovi sul banco frigo del tuo supermercato
il Buon Piatto
INSAL'ARTE
Farro, orzo e fantasia
ORTOROMI SOC. COOP. AGR. Via Piovega, 55 - 35010 Borgoricco (Pd) | Via Olmo, 34 - 84092 Bellizzi (Sa) www.ortoromi.it
INSAL'ARTE
OrtoRomi
www.insalarte.it